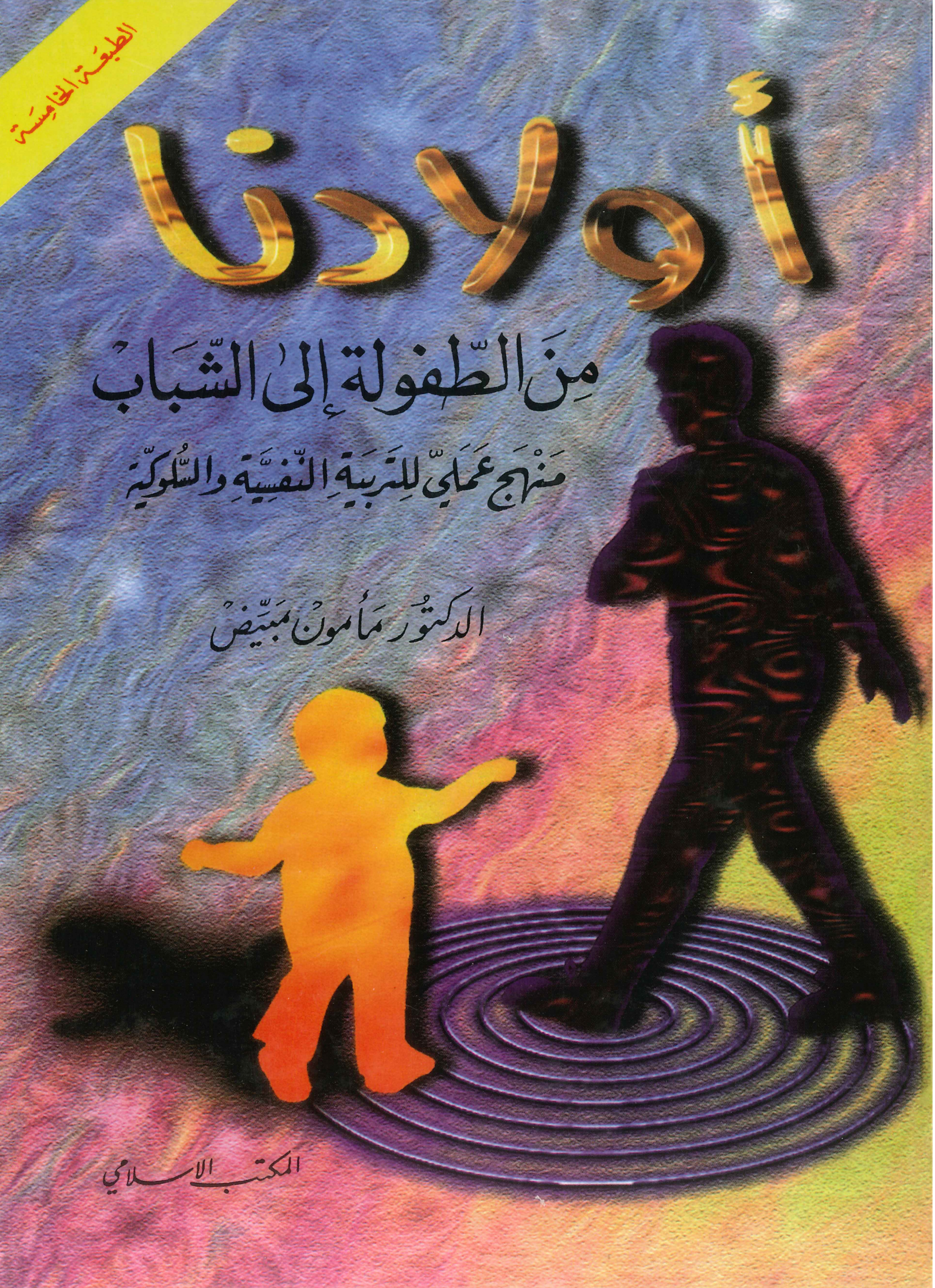
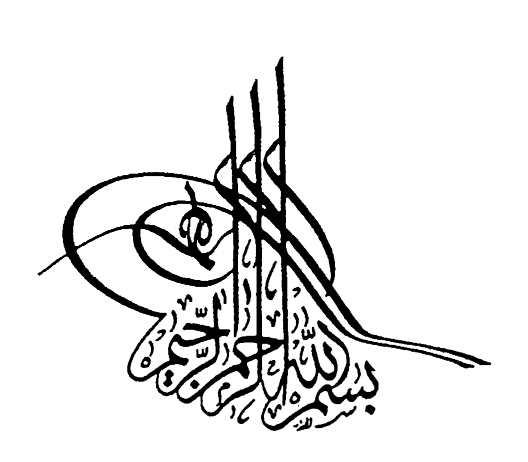

الطبعة الخامسة
أولادنا
من الطفولة إلى الشباب
منهج عملي للتربية النفسية والسلوكية
الدكتور مأمون مبيض
المكتب الإسلامي

أَوْلَادُنَا

مِنَ الطّفولة إلى الشّباب

مَنْهَج عَمَليّ لِلتّربيَةِ النّفسيّةِ والسّلوكيّة


بسم الله الرحمن الرحيم



الدكتور مأمون مبيض

المكتب الإسلامي

الطبعة الخامسة

١٤٣٥هـ ـ ٢٠١٤م

المكتب الإسلامي

بيروت: ص.ب: ١١/٣٧٧١ ـ هاتف: ٤٥٦٢٨٠(٠٠٩٦١٥)
Web Site: www.almaktab-alislami.com
E-Mail: islamic_of@almaktab-alislami.com
عمَّان: ص.ب: ١٨٢٠٦٥ ـ هاتف: ٤٦٥٦٦٠٥

الإهداء

إلى وفاء
وأحبابنا أجود وعمران وتميم

لقد أخذت منكم الكثير لأفكار هذا الكتاب
فعسى أن تضيفوا إليه من أولادكم
في مقبلات الأيام.

مأمون

بسم الله الرحمن الرحيم

(يُوصِيكُمُ ٱللَّهُ فِيٓ أَوۡلَٰدِكُمۡ ..)

(النساء: ١١)

" كُلُّكُمْ راعٍ وَكُلُّكُم مَسْؤُولٌ عَنْ رَعِيَّتِهِ .. وَالرَّجُلُ راعٍ .. وَالمرْأَةُ راعِيَةٌ .. "

(البخاري ومسلم)

قال ابن المبارك وهو مع إخوانه في الغزو:

" أتعلمونَ عملاً أفضَل مِمَّا نحنُ فيهِ؟ "

قالو: ما نعلَم؟

قال: " رجلٌ متعفِّفٌ على فقْرِهِ، ذو عائِلَةٍ قدْ قامَ مِنَ الليْل، فنظَرَ إلى صِبْيانِهِ نِياماً مُتكشِّفينَ، فستَرَهُمْ وغطَّاهُم بثَوْبِهِ، فعَملُهُ أفضَل مِمَّا نحْنُ فيهِ ".

(من وحي القلم، مصطفى صادق الرافعي
الجزء الأول، ص ٢٢٥)

مُقدّمة الطّبعة الخامسة

أقدم هذه الطبعة الخامسة من الكتاب بالشكل الجديدة، وقد تغيّرت أمور كثيرة منذ الطبعة الأولى قبل أكثر من عشر سنوات، سواء على مستوى البلاد العربية والإسلامية، أو على المستوى العالمي، إلا أن كل ما حدث لم يزدني إلا قناعة بالأهمية الكبيرة لموضوع تربية الأبناء، جيل المستقبل، ولأهمية موضوع «تدريب الوالدية».

ومن جملة هذه التغيرات على المستوى الأسري انتقالي مع الزوجة عام ١٤٣١هـ / ٢٠١٠م من العيش والعمل في الغرب، في مدينة بلفاست عاصمة أيرلندا الشمالية إلى الشرق العربي، وفي دولة قطر بشكل خاص.

وقد كانت نقلة واسعة بعد العيش في الغرب لثلاثين سنة، حيث تعاملنا مع شؤون الأسرة المتعددة الثقافات، وطبيعة تحديات المعاصرة التي تواجه الأسرة العربية والمسلمة. وقد زادتني هذه النقلة قناعة أيضاً بحاجة بلادنا العربية لنشر ثقافة «تدريب الوالدية»، حيث أقيم في البلاد العربية دورات تدريب الوالدية، في إكساب الآباء والأمهات مهارات فهم الأطفال وتربيتهم، من الطفولة إلى الشباب.

د. مأمون مبيّض

الدوحة، قطر
١ رجب ١٤٣٥هـ
٣٠ إبريل / نيسان ٢٠١٤م
mobayed@hotmail.com
تويتر: @MamounMobayed

مُقَدِّمَةُ الطَّبْعَةِ الرَّابِعَة

أن تنفد الطبعة الثالثة من الكتاب بهذه السرعة، وكما أخبرني الصديق السيد بلال الشاويش من المكتب الإسلامي للطباعة والنشر في زيارتي الأخيرة إلى لبنان، لهو أمر سارّ، أن المزيد من نسخ الكتاب قد وقعت في أيدي المزيد من الآباء والأمهات الذين يحبّون أولادهم ويتمنون لهم كل خير، ومن هذا الخير تعلم مهارات تربية الأولاد، ولهذا اقتنوا نسخة من الكتاب.

وأريد أن أشير هنا إلى صدور كتابي «**دليل تدريب الآباء في تربية الأولاد**» منذ أشهر، والذي يعتبر نقلاً لكتاب «**أولادنا من الطفولة إلى الشباب**» إلى مستوًى آخر، يدركه من يطلع على الكتابين.

بلفاست: ٥ ربيع الأول ١٤٢٩هـ
١٣/ ٣ /٢٠٠٨م

د. مأمون مبيّض

مقدمة الطبعة الثالثة

بسرور كبير بلغني خبر نفاد الطبعة الثانية من الكتاب والعزم على إخراج الطبعة الثالثة. ومنبع السرور الصورة التي أحملها في مخيلتي من أن مزيداً من نسخ الكتاب تقع بين أيدي الآباء والأمهات فتعينهم على تحويل محبتهم الفطرية لأولادهم إلى واقع عملي معاش، والذي ينعكس بالضرورة على ارتفاع مستوى الرعاية والتوجيه الذي يتلقاه أولادنا.

إنه ليسعدني كثيراً ما أسمعه من كثير من الآباء والأمهات من أنهم يلحظون النتائج الإيجابية في تربية وحياة أولادهم من خلال دراستهم لهذا الكتاب، ومن خلال تطبيق بعض ما فيه من إرشادات وتوجيهات.

وكما ذكرت في الطبعة الأولى، يجب أن لا نكتفي بمجرد القراءة للكتاب، على فائدة القراءة، وإنما أن نصل إلى مرحلة نقيم فيها ورشات عمل تدريبية للآباء والأمهات معاً، ليتدربوا على بعض الجوانب التطبيقية الواردة في الكتاب، ولاكتساب الخبرة العملية في تنزيل ما في الكتاب على حالات معينة محددة في حياة هؤلاء الآباء والأمهات.

ويسعدني أيضاً أن أشير إلى أنه ستصدر قريباً الترجمة الفرنسية للكتاب لتكون في خدمة الكثير من الأسر المسلمة الناطقة بالفرنسية.

والله أسأل أن ينفع بهذا الكتاب المزيد والمزيد من الآباء والأمهات والمربين، وبالتالي أن ينفع أولادنا من الطفولة إلى الشباب، لنصل بأنفسنا وبهم إلى واقع مشرق أفضل، وما ذلك على الله بعزيز.

بلفاست ـ أيرلندا الشمالية

آذار/ مارس ٢٠٠٥

د. مأمون مبيّض

مُقَدِّمَةُ الطَّبعَةِ الثَّانِيَة

أكتب هذه الكلمات وقد اتصل بي الصديق العزيز الأستاذ بلال الشاويش من المكتب الإسلامي ليخبرني بأن الطبعة الأولى من «**أولادنا من الطفولة إلى الشباب**» قد أوشكت على النفاد.

ماذا أقول للقارئ والكتاب سيطبع الطبعة الثانية؟

أريد **أولاً** أن أشكر القرّاء على التجاوب الطيب والمشجّع مع الطبعة الأولى، وقد عبّر الكثيرون عن الفائدة الكبيرة التي استفادوها من الكتاب، والتي انعكست بشكل إيجابي في تعاملهم مع أولادهم في أعمارهم المختلفة. وقد قال بعضهم: إنهم يرغبون بالاحتفاظ بنسخة من الكتاب ليعودوا إليه بين الحين والآخر، وخاصة عندما تعترضهم مشكلة أو صعوبة مع واحد من أولادهم.

وأريد **ثانياً** أن أشير إلى أنه بالإضافة إلى القراءة والاطّلاع على الكتب، فقد تأكد لي من جديد ما كنت أدعو إليه منذ زمن، وهو أنه لا بد أيضاً من المحاضرات وورشات العمل حيث يعرض المشاركون، من آباء وأمهات، الجوانب الواقعية من حياتهم الأسرية، ومن ثم يتبادلون التجارب والخبرة لتلمّس الأساليب المناسبة للتعامل مع مشكلات وتحديات التعامل مع الأولاد.

وغنيٌّ عن البيان أن أؤكد هنا أنه لا بد من أجل تحقيق نتائج متكاملة في تربية الأولاد أن يشترك كل من الأب والأم في القراءة والاطّلاع وحضور المحاضرات وورشات العمل. وأريد أن أشير هنا إلى أني أقف تحية تقدير واحترام للكثير من الآباء والأمهات الذين يبذلون ـ رغم الظروف الصعبة ـ كل ما لديهم من جهد وتضحية من أجل تربية ناجحة لأبنائهم.

وأخيراً، فإني لم أقم في هذه الطبعة بتعديلات كبيرة؛ إلا في الفصل التاسع حول النمو العاطفي، وبعض التصحيحات المطبعية، لأني أعتقد أن الكتاب بشكله الحالي ما زال يقدم الفائدة المرجوّة منه لقاعدة واسعة من الأسر والعائلات سواء من يعيش منها في الشرق أو في الغرب.

د. مأمون مبيّض

مقدمة الطبعة الأولى

مهما تعددت نظريات الإصلاح الاجتماعي في العالم عامة وعالمنا الإسلامي خاصة فإن مما لا يتنازع فيه اثنان هو أهمية التربية في بناء وتكوين الإنسان الصالح والفعّال. **ومن خلال التربية الفردية تتكون الأسرة الصالحة والمجتمع الصالح**. ومن هذا المنطلق كتبت هذا الكتاب لقارئ العربية ليكون أداة معينة في عملية تربية الأولاد.

ولقد لفت نظري أثناء عملي كطبيب نفسيّ عند الأطفال والمراهقين أن معظم وقتي قد ذهب في العمل مع الأبوين لتغيير أسلوبهما في التربية، وتقديم التدريب المناسب لهما من أجل امتلاكهما المعلومات الصحيحة، والمعرفة بخلفيات سلوك الأولاد ونفسياتهم، وطرق التعامل الأنسب مع هذا السلوك. صحيح أن الذي أتى بالأسرة إلى المستشفى أو العيادة كانت هي المشكلة السلوكية عند الولد، إلا أن «العلاج» كان يتم من خلال إحداث التغيير المناسب في نفسية الأبوين وطريقة تفكيرهما، والذي بدوره يصحح المشكلة السلوكية عند ولديهما. ولعل هذا يستفاد من قول الله تعالى: ﴿إِنَّ ٱللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوۡمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُواْ مَا بِأَنفُسِهِمۡۗ﴾ [الرعد: ١١].

نظرت عندها في الكتب العربية المتداولة في موضوع تربية الأولاد، وأنا أب لثلاثة صبيان، فوجدت كتباً مفيدة إلا أنه يغلب عليها مجرد استعراض الفضائل الخلقية والتدليل على أهميتها من آيات وأحاديث نبوية، ويبقى القارئ في حيرة لا يدري معها كيف يغرس هذه الفضائل عند ولده. صحيح أننا في حاجة إلى كتب تشرح «ما هي» الفضائل التي نريدها في الولد، إلا **أننا في حاجة أمسّ إلى الكتب التي تتعرض إلى «كيف» نوجد هذه الفضائل.**

وقد تعرضت في الكتاب إلى بعض جوانب كيفية تحقيق المراد من عملية التربية والتكوين. ولا أدّعي أنني قد غطّيت كل المواضيع التي يحتاجها المربي، وإنما ما كتبته يساعد على تجاوز الكثير من المشكلات التربوية عند الأولاد. وأملي أن يدعو كتابي كل أب وأم ومربٍّ إلى المزيد من الاطلاع والقراءة في هذا الموضوع الهام.

ومما يفيد أيضاً مع القراءة أن يعقد الآباء والأمهات جلسات للنقاش ولتبادل الآراء والخبرة العملية في التربية والتعامل مع الأولاد. ويمكن لمثل «ورشات العمل» هذه أن تختصر لنا المراحل والزمن.

ولا أدّعي أيضاً أن الكتاب سيرضي كل «الأذواق»، وإنما هو جهد متواضع أرجو أن يفيد بعض الشيء، وأن يتكامل العمل من خلال جهود أخصائيين آخرين يعملون في مجالات النفس والمجتمع والتربية.

أذكر هنا أن أحد أولادي، وقد كان في السابعة من عمره، عندما أراد شراء حيوان صغير من نوع الخُلْد كهديته في العيد، كان قد اشترى مع هذا الحيوان كتيّباً صغيراً بعنوان «كيف أرعى خلدي الأول» وقد تعلم من خلال هذا الكتيّب كيف «يربي» ويتعامل مع هذا المخلوق الصغير. وكان من جملة ما تعلمه أن ينتبه إلى أن الخلد سيكون مضطرباً في أيامه الأولى في البيت الجديد، وقد يكون ميالاً إلى الشراسة لا لأنه عدواني بطبعه، فالخلد معروف بوداعته ومسالمته، وإنما لأنه خائف في بيئته الجديدة ويريد الدفاع عن نفسه. وتعلّم ولدي أشياء أخرى في كيفية إطعام الخلد وتغذيته وتنظيفه. .

أذكر هنا هذا، وأنا أعلم أن هناك الكثير **من الناس ممن يدخل في مشاريع كبيرة في حياته كالزواج وإنجاب الأولاد من غير أن يتعب نفسه في قراءة كتاب يشرح له بعض جوانب هذه المشاريع الكبيرة!** وإني لأرجو من خلال الوقت أن تنتشر مثل هذه الكتب في العلاقات الزوجية والأسرية، وفي تربية الأولاد ورعايتهم، وأن تعقد أيضاً دورات تدريبية لمثل هذه المواضيع وغيرها، وبذلك يتعلم الإنسان من تجارب الآخرين وخبراتهم، ويتم التواصل بين الأجيال ونقل الخبرات، بدل أن يبدأ كل فرد من الصفر، ويعيد أخطاء من سبقه، وكأنه يعيد اختراع العجلة من جديد كما يقال. ولعل هذا أيضاً يستفاد من قوله تعالى: ﴿ٱقْرَأْ وَرَبُّكَ ٱلْأَكْرَمُ﴾ [العلق: ٣] **فكرم الله وعطاؤه مرهون بالقراءة والمعرفة والاطلاع.**

وقد ذكرت في نهاية الكتاب بعض المراجع لمن أراد أن يستزيد، وهناك مراجع أخرى كثيرة. وبشكل عام سيستفيد من أي كتاب في العلوم النفسية والاجتماعية والتربوية، وفي أيّ لغة كان، وأنا على ثقة بثقافة القارئ العربي ليميّز بين ما هو مقبول فيأخذه، وما هو متعارض مع أخلاقياتنا وثقافتنا فيتركه، وما هو مبهم فيفيد سؤال من لديه علم وخبرة.

وأريد أن أذكر هنا عدة ملاحظات:

- لم أتعرض في الكتاب للأمور الكثيرة التي وردت في الإسلام عن سنن المولود ورعاية الأولاد من الناحية الدينية، حيث يُرجع لهذا في الكتب الإسلامية الكثيرة المتوفرة.
- لم أتعرض لما يتعلق بالرعاية الصحيّة العامة من تغذية ولقاحات وغيرها، وهي من

الأمور الهامة جداً وخاصة في عالمنا العربي والإسلامي، ويمكن مراجعتها في الكتب الصحية المتخصصة بالرعاية الطبية للأولاد.

- قد أذكر كلمة الأبوة وأقصد منها الأبوة والأمومة، وكذلك الأب أو الأم وأقصد كلا الأبوين. وقد أكتب بصيغة المذكر وأريد بذلك المذكر والمؤنث إلا في بعض الحالات الخاصة، وما هذا إلا لتبسيط العبارة.
- آثرت أن أكثر من الأمثلة والمواقف العملية في بعض فصول الكتاب وليس في كلها.
- هناك من الأمور ما يناسب الأولاد في معظم الأعمار ولذلك قد أتركها دون الإشارة إلى العمر، بينما أشرت في أمور أخرى إلى العمر المناسب للولد.
- تفيد بعض فصول الكتاب المربي بشكل عام، بينما يعالج بعضها الآخر أموراً محددة في مشكلة تربوية معيّنة.

وأخيراً هل أنا في كامل الرضا عن هذا الكتاب؟

أصارح القارئ بأن أقول: لا، وذلك لعدة أسباب.

فأولاً: موضوع تربية الأولاد هو موضوع الإنسان والأسرة وهو موضوع كبير لم أكتب فيه هنا إلا بعض جوانبه وإلا لتوسع الأمر جداً.

وثانياً: كان يمكن أن أكتب بعض الفصول بطريقة أخرى وبترتيب آخر ولربما طال الأمر كثيراً.

وأنصح القارئ أن لا يكتفي بهذا الكتاب وإنما يدرسه مع غيره من كتب التربية والعلوم النفسية.

وأرجو لكل قارئ أن يستفيد مما وفقت في عرضه، وأن يتجاوز عما هو غير ذلك.

وإني أتقدم بخالص الشكر والامتنان إلى زوجتي وفاء رفيقة الدرب ومربية أولادنا، وإلى كل من ساهم وأعان على إخراج هذا الكتاب.

وأسأل الله الكريم أن يحسّن خُلُقنا كما حسّن خَلقنا، وأن يلهمنا صواب الفهم والقول والعمل.

بلفاست ١/محرم/١٤١٨هـ

١٩٩٧/٥/٦م

د. مأمون مبيّض

محتويات الكتاب

الباب الثالث:
مشكلات تربوية في الطفولة الأولى

الباب الرابع:
جوانب من فن التربية

الباب الأول

مقدمات في تربية الأولاد والحياة الأسرية

الفصل الأول : هذا الكتاب، لماذا؟ ولمن؟

الفصل الثاني : الإثارة ورحلة الحياة العجيبة.

الفصل الثالث : الاستعداد للأبوة.

الفصل الرابع : العلاقة بين الوالدين.

الفصل الخامس : دور الأب وبقية أفراد الأسرة.

هذا الكتاب، لماذا؟ ولمن؟

نعمة الأبوة:

هل هناك متعة في تربية الأولاد؟ قد لا يقول الإنسان نعم عندما يكون متعباً في نهاية يوم طويل، أو عندما يستيقظ على صوت ولده يناديه في وسط الليل. ومع ذلك فالناس يستمرون في إنجاب الأولاد، ومعظم المتزوجين يرغبون في الذرية والولد، فهي سنة الله تعالى في خلقه.

ولا شك أن خبرة الإنسان في الحياة تتسع، ويرى معالم ما كان ليراها لولا العيش والعمل مع أولاده. **فالأبوة تفتح آفاقاً جديدة وخبرات بشرية إنسانية.**

هل رأيت أباً أو أماً لحظة ترقبهم لولادة وليدهم، ثم البهجة والسرور وهم يحملونه لحظة إطلاله على هذا العالم. إنها بهجة نابعة من:

١ ـ أن يكون بين يديك نعمة عظيمة وهي إنسان أنت مسؤول عن رعايته وتربيته.

٢ ـ أن تشارك ولدك في رؤية الحياة والعالم.

٣ ـ أن تضع تجاربك وخبراتك في رعاية وتوجيه هذا الإنسان الصغير.

٤ ـ أن تكتشف مع ولدك في كل يوم أمراً ممتعاً وبهجة جميلة.

هذا الكتاب هو من أجل هذه المتعة:

وقد كتب ليساعدك على التمتع في تنشئة ولدك، ولمساعدة أولادك ليستمتعوا بك كأب أو أم.

إنك كلما أعطيت ولدك أكثر، كلما ردّ إليك في المستقبل. والعطاء لا يعني فقط الأمور المادية المحسوسة رغم أهميتها، ولكنه يعني أيضاً إعطاءه

الوقت والتفهم والتشجيع. فمثل هذه الأمور تغني حياة ولدك كثيراً، وتساعده على النمو السوي ليكون إنساناً سعيداً واثقاً من نفسه، وقادراً على التعامل مع الآخرين، وعلى التعلم مما يعترضه في مقبلات الأيام. ومعنى هذا أن تقدم كل ما تستطيع لهذه العلاقة مع ولدك، لتنمو المحبة والثقة من خلال الزمن وتصبح هذه العلاقة من المتانة بحيث تصمد لرياح وعواصف الخلاف الذي قد يظهر في السنوات القادمة.

والمتعة في التربية لا تعني أن الأمور ستسير دون صعوبات وتحديات، ولا تعني مجرد الجلوس ورؤية الولد ينفذ ما يُطلب منه. ولكن المتعة تعني استجابتك للتحديات بفرحة وسرور، ورؤية الثمار الطيبة في سلوك الولد وشخصيته.

والمتعة تعني أيضاً أن تتعلم من ولدك أموراً، كما تعني أن يتعلم منك أموراً أخرى.

والمتعة تعني فهم المشكلات، واقتراح حلول لها أفضل من الحلول والطرق السابقة.

والمتعة تعني مشاهدة هذا الإنسان الصغير بأفكاره الطفلية، وعواطفه الحماسية. ورؤية شخصيته وهي تتكامل وتستقل، ونظرته للحياة وكيف سيستقبلها في قابل أيامه بإبداع وسعادة.

والمتعة تعني أن تتعلم كيف تقول لولدك: «لا» من غير أن تشعره بخيبة الأمل الكبيرة والغضب الشديد. وكيف تقول: «نعم» من غير إفساده أو تدليله المفرط.

وعليك أيضاً أن تعلم ولدك كيف يوازن بين رغباته الخاصة ورغبات الناس الآخرين، بحيث ينمو وهو يدرك أفكاره ورغباته الخاصة ومع ذلك يحترم أفكار الآخرين ورغباتهم، وأن يكون مستقلاً وحراً ولكن في ذات الوقت مسؤولاً ومقدراً لظروف الآخرين.

وفي الأبوة والتنشئة ما هو أكثر من هذا. فمن خلال رؤية الولد وهو ينمو ويكبر، يعيش الآباء فترة من طفولتهم الخاصة. فكلنا يحمل طفولته معه طوال حياته، حتى إن حياتنا ككبار ما هي إلا ثمرة تلك الأيام الأولى وتجاربنا في صغرنا. **ومن خلال فهم حياة طفلك وطفولته تستطيع أن تفهم**

بعض جوانب حياتك وطفولتك. فقد تتعمق علاقتك بأبيك من خلال رؤية علاقة ولدك بك. وبالتالي يتابع الإنسان معرفة شخصيته، ونقاط القوة والضعف عنده. وهذا لا شك مما يعيننا على التأقلم مع الحياة، وعلى تطوير إيجابيتنا، والتكيف مع سلبياتنا. ونتعلم كذلك أن نرى تأثير تربيتنا وعنايتنا على أولادنا ومستقبل حياتهم.

وهذا الكتاب هو أيضاً للآباء أنفسهم:

من أجل أن يستطيع الآباء القيام بدور ناجح فإن عليهم أن يقبل الواحد منهم أن أبوته ستغيّر من حياته بعض الشيء. فمنذ حمل الأم بولدها تجد نفسها تتوجه بتفكيرها وكلامها أكثر وأكثر إلى المولود الجديد. ويشعر الأبوان ومنذ وقت مبكر وقبل الولادة أنهما أصبحا ثلاثة أشخاص وليسا مجرد زوج وزوجة. وقد وضع كل منهما حتى الآن كل حبه وعواطفه مع شريكه الثاني، بينما الآن سيتوزع هذا الحب والعاطفة على ثلاثة.

وعليك أن تدرك أيضاً أنه قد انتهى فصل من حياتك وسيبدأ الآن فصل جديد، وستتغير بعض الأمور في حياتك. **ومما يمكّن الآباء من النجاح أن يقبلوا بهذه التغيرات والمسؤوليات الجديدة، ويتكيفوا معها.** لأن الإنسان إذا لم يتفهم أو يتقبل هذه المسؤوليات فسيشعر ولوقت طويل بعدم الرغبة والتجاوب مع الأمر، وربما وصل إلى درجة الاستياء من هذه المسؤولية والعلاقة الجديدة «التي فُرضت عليه». وسيشعر أن المسؤولية والأبوة تقفان عثرة في طريق رغباته وطموحاته وهواياته واستمتاعه بالحياة!

ولذلك نرى صعوبة الفصل بين موضوع تربية الأولاد وبين المربين من الآباء والأمهات. فمن خلال هذه العلاقة يمرّ كل من الأولاد وآبائهم في مراحل النمو والنضج والتكيف. وكل منهم يتعلم كيف يرى الأمور من خلال وجهة نظر الآخر، ويتعلم كيف يأخذ ويعطي، وكيف يتنازل إذا لزم الأمر.

هذا الكتاب هو عن علم النفس التربوي:

يدور موضوع علم النفس حول معرفة «لماذا الناس كما هم؟». ولذلك فكل الآباء يتتبعون بعض جوانب علم النفس من خلال معرفة أولادهم ونموهم وتطورهم. ومن أهداف هذا الكتاب أن يساعدك على تطوير معرفتك

بعمق النفس الإنسانية من خلال النظر إلى جوانب الحياة الإنسانية لطفلك في المنزل وخارجه، مستفيدين في ذلك مما توصلت إليه نتائج علوم النفس والتربية. وكثير مما في الكتاب كنتُ قد اكتسبته من خلال عملي السريري في مجال الطب النفسي عند الأولاد والمراهقين.

ولا أعد أن الكتاب سيغطي كل المواضيع والأمور التي قد تخطر في البال، وخاصة إذا تذكرنا أن كل الآباء وكل الأولاد إنما هم أفراد لهم خصائصهم المتفردة والمتميّزة. ولكن ستجد في الكتاب ما يكفيك لتصل إلى فهم كثير مما سيعترضك في تربية وتنشئة ولدك، وبحيث تستطيع أن تتخذ قرارك في هذه المواضيع وحتى التي لم تعترضك بعد في الواقع العملي.

وعندما يصل الإنسان إلى مرحلة يفهم فيها كيف يشعر الولد وكيف يفكر؟ فعندها ستكون في مرحلة تستطيع فيها فهم سلوك الولد وتصرفاته، وبالتالي تحدد ردة فعلك وتجاوبك مع الولد.

وهو كتاب حول التعليم:

ولأن كل والد هو مشتغل في علم النفس التربوي فكذلك هو مشتغل في التعليم. فأنت كأب أو أم أوّل مدرّس لولدك، وستبقى أفضل مدرّس خلال مرحلة طفولته كلها. فمنك يتعلم اللغة، ومنك يأخذ فكرته عن العالم من حوله، ولماذا وكيف وجدت الأشياء؟ وكيف تستخدم؟. ومنك يتعلم ما هو خطأ وما هو صحيح، وما هو حلال وما هو حرام، وما هو مسموح وما هو ممنوع. وكذلك كيف يتصرف مع الآخرين، وما يُسعده وماذا يحزنه. ومنك يأخذ اهتماماته الخاصة وآرائه وأفكاره ومواقفه. ولذلك يسمي بعض المشتغلين في علم النفس هذا كله «التعليم غير الرسمي» لأن معظمه يتم من غير قصد وتوجيه في غالب الأحيان، وهو جزء لا يتجزأ من الحياة الطبيعية للأسرة في منزل واحد، ونتيجة للأحاديث المشتركة بين أفراد هذه الأسرة. والنقطة الهامة هنا أنك كلما تعرفت على كيفية تعلم ولدك واكتسابه للأمور، كلما أصبحت أقدر على التأثير في توجيه التعليم غير الرسمي هذا.

ولا شك أنك تريد أيضاً أن تساهم في تعليم ولدك القراءة والكتابة والحساب وكل ما يسمى بالتعليم الرسمي. فعندما يبدأ ولدك المدرسة فإنك

ستتابع بداياته وتقدمه وتعلمه، بحيث تساعده في واجباته المدرسية ومشاريعه التعليمية. وكذلك تسعى إلى مساعدته في تطوير ذكائه وقدراته التعليمية. وبعد أن يقطع أشواطاً في تعليمه المدرسي فإنك ستعينه على تحديد الفرع الدراسي الذي سيختاره، وربما ساعدته أيضاً في تحديد دراسته المستقبلية، أو مهنته التخصصية.

إن التعليم عبارة عن مساعدة الآخرين على كيفية التعامل مع الحياة، وكيف تكون ردود أفعالهم أمام مواقف الحياة، وكيف يطوّرون خبراتهم المطلوبة واهتماماتهم المناسبة، وكيف يحققون أفضل ما يكون من خلال قدراتهم وإمكاناتهم الكامنة. والأمل أن تستطيع من خلال هذا الكتاب، وكتب التربية الأخرى، أن تحقق أفضل النتائج الممكنة في إطار تربية الأولاد وتنشئتهم.

ما هي أفضل طريقة للتربية؟

إنك مهما حاولت أن تقنع نفسك بأن هناك متعة كبيرة في تربية الأولاد فهنالك الكثير من الناس ممن سيقول: إن في هذا العمل الكثير من الصعوبات والعقبات والمشكلات، وخاصة في هذا العصر وهذه الأيام حيث يعيش الفرد، وتعيش الأسرة، ويعيش المجتمع في جو من التبدلات والتطورات السريعة، وحيث اختلفت القيم الأخلاقية والممارسات الاجتماعية.

وأمام هذه التبدلات الاجتماعية هناك من الناس من يعتقد أن أفضل طريقة للتكيّف مع هذه المتغيرات هي أن يعود الإنسان إلى «الأسلوب القديم» الصارم جداً في التربية، والذي كان يستعمل منذ خمسين سنة تقريباً. بينما نجد على العكس أن هناك من يعتقد أنه لا فائدة في هذه الأيام من محاولة التأثير على أولاد الجيل الجديد. وقد تجد من الناس حتى من يأخذ بالقول الثالث والشائع في بعض الأوساط والذي يقول بفشل وعدم جدوى الأساليب النفسية والتربوية في التعامل مع الأولاد، فقد «جُرّبت كل الوسائل ولم تنجح!» وأنه لا فائدة من محاولة فهم سلوك الولد، وأن من الأفضل مجرد قبول الأولاد كما هم، ولا داعي أن تلوم نفسك إن انحرف الأولاد!

وكل هذه المواقف غير سليمة، ومجحفة في حقّ الأولاد والآباء أيضاً.

فالموقف الأول، وهو العودة إلى أسلوب الأجداد غير ممكن تماماً لأن الإنسان لا يستطيع أن يرجع عقارب الساعة والزمان للوراء. فالوقت في تغيّر، والظروف استجدت. وحيث تتاح لأولاد هذه الأيام وسائل كثيرة لاكتساب المعلومات من تلفاز وكمبيوتر وفيديو وتسجيلات. وأصبح الطفل ومنذ سنّ مبكرة يتطلع إلى خارج الأسرة والمنزل من أجل متعته وهواياته وصحبته.

والموقف الثاني الذي يقول بأن أولاد هذا العصر قد تجاوزوا إمكانية التأثير عليهم من قبل آبائهم، موقف غير واقعي. فالطفل لا يزال ولحدّ كبير يتأثر بأسرته وبجو منزله. ومع ازدياد التحديات الخارجية يصبح في حاجة إلى التوجيه والرعاية أكثر من ذي قبل، وليس العكس. ولكن بشرط أن يأخذ هذا التوجيه بعين الاعتبار آفاق الولد اللامتناهية، وكذلك طبيعة التغيّرات وسرعتها. فولد اليوم يحتاج للتوجيه الذي يمكّنه من التكيّف والتعايش مع الأمور كما هي عليه الآن، وليس كما كانت عليه في زمن آخر. ولا شك أن مثل هذا التوجيه يتطلب نوعاً معيناً من الفهم والتعايش والتعامل. ولا يأتي هذا الأسلوب إلا من قبل الآباء الذين يدركون أن أولادهم يعيشون في عالم غير عالمهم الذي عاشوه منذ سنوات كأولاد صغار. إن هؤلاء الآباء على استعداد لتفهم كيف يؤثر هذا العالم على أولادهم، وكيف يبدو هذا العالم لهؤلاء الأولاد.

ويروى عن الخليفة الراشد عمر بن الخطاب أنه قال للآباء معلماً عبر الأجيال: «ربوا أولادكم لزمان غير زمانكم»!

والموقف الثالث من أسوأ هذه المواقف، حيث يقول: إن علوم النفس والتربية لن تجدي في تربية الولد، فافعل ما يحلو لك مع أولادك طالما أنك لن تستطيع التأثير عليهم على كل الأحوال. ويسمع الإنسان هذه الأقوال من كثير من الناس والذين يعترفون في ذات الوقت أنهم لم «يجرّبوا» حقيقة هذه الوسائل النفسية. وهم يتأرجحون عادة بين أقصى التساهل وأقصى الحزم والضبط، بحيث لا نتعرف حقيقة أين يقف هؤلاء. وتتعلق تنشأة الأولاد بالنسبة إليهم بالأوهام والأحلام أكثر مما تتعلق بالمحاولة الحقيقية والجادة لفهم الولد، وإعطائه الوقت والمحبة والمساعدة النفسية التي يحتاجها.

ومن الطرق المناسبة في قضية التربية أن تحاول أن تنظر إلى ولدك وكأنه مكتشف يسعى لاختبار بلد جديد. فإذا أردت أن تساعده بالأسلوب

الأول القديم، فإنك لن تزيد على إعطائه ما عندك من خريطة ومعلومات قديمة حول هذا البلد، وتصرّ عليه أن يتبع نصائحك وطريقتك في البحث. وستظهر المشكلة عندما يكتشف الولد أن خريطتك ومعلوماتك لم تسعفه وتساعده، ويكتشف عندها أن خريطتك ناقصة، أو غير مناسبة، أو قد فات أوانها ووقتها. وعندها إما أن يتمسك هذا الولد بخريطتك فلا يعود يكتشف طرقاً وممرات جديدة، أو أن يلقي بهذه الخريطة عرض الحائط مع كل المخاطر التي يمكن أن تحيق به في هذه الدروب الوعرة الجديدة.

وإذا أردت مساعدته بالطريقة الثانية، فإنك لن تعطيه خريطة أبداً، وستتركه ليرتكب الأخطاء السخيفة. وسيقع فريسة لنصائح الآخرين والتي قد تكون نصائح خاطئة، وبذلك يكون عرضة للاستغلال من قبل الآخرين.

وإذا استعملت الطريقة الثالثة، فإنك سترسم الخريطة حسب هواك وما يناسبك، معتقداً أن ولدك سيخطئ الدرب على كل الأحوال بغض النظر عن نوعية الخريطة ودقتها.

ولا شك أن كل من هذه الطرق الثلاثة تبدو غير مناسبة للاستعمال مع ابنك، فما هو المطلوب منك؟

ربما يفيد أن تساعده على فهم هذه الأرض الجديدة التي يحاول اكتشافها، وأن تساعده وبالتدريج على اكتشاف الدروب والممرات، واكتشاف المنزلقات والعقبات، وما هي الطرق المفضلة، وما هي الطرق الخطرة، وأين يجد ما يفيد وينفع، وأين يمكن أن يجد ما هو ضار، وكيف يتعرف على المواقع الجديدة، وكيف يكتشف طرقاً قصيرة مختصرة. وكذلك كيف يختار أصحابه الذين سيرافقونه في هذه الاكتشافات، وكيف يتعامل معهم. وربما كيف يساعد هو بدوره من يجده ممن قد ضلّ طريقه في هذه الأرض الجديدة.

وهناك أمر آخر يمكن أن تساعد به ولدك أثناء رحلة الحياة هذه، وهو أن تعينه على فهم جوانب قوته وضعفه. فلمعرفة الذات أهميّة قصوى لنجاحه في تحقيق كل إمكانته الكامنة. وكذلك في مساعدته على التكيف مع عوامل القوة والضعف هذه. وهذا يعني باختصار أن تساعده على استخراج أجود ما عنده كإنسان.

وهذا الكتاب هو للذين يريدون مساعدة ولدهم ليسير في درب الحياة،

وللذين يريدون أن يقدموا لولدهم التوجيه والهداية، ولكن في نفس الوقت يعلموه كيفية اتخاذ القرارات المناسبة في حياته. وهو ليس للذين يريدون لولدهم أن يكون مجرد نسخة طبق الأصل عنهم، ولا للذين يريدون لولدهم أن يبقى هائماً على وجهه دون توجيه ودون قصد في الحياة. وهو للآباء الذين يرغبون في تكوين علاقة محبة واحترام متبادل مع ولدهم، والذين عندهم استعداد لبذل الوقت من أجل التعرف على ولدهم وفهمه كفرد مستقل متميّز. وليس من الصعب جداً الحصول على مثل هذه العلاقة.

إن أولادنا يقدمون إلينا من نفس نوعية ما نقدم لهم ولكن أضعافاً مضاعفة، وكما يقول تعالى: ﴿هَلْ جَزَآءُ ٱلْإِحْسَٰنِ إِلَّا ٱلْإِحْسَٰنُ﴾ [الرحمن: ٦٠].

لماذا من الطفولة إلى الشباب؟

إن معظم كتب التربية إما أن تركز على حياة الطفل المبكرة في السنوات الأولى، أو على المراحل المتأخرة التي تتجاوز المراهقة وتقارب سن النضج. وعلى فائدة هذه الكتب، إلا أنها قد تعزل مراحل نمو الولد عن بعضها وكأنها مراحل غير متصلة ومتتابعة. وإذا أردنا أن نفهم الولد تماماً، وأن نفهم سلوكه، وأن نستوعب لماذا علينا أن نتصرف معه بشكل معين، فعلينا أن نكوّن فكرة عن حياة مراهقته التي سيصلها في يوم من الأيام. وكثير من الأعمال التي نتصرفها مع ولدنا في صغره تزرع في نفسه نماذج للتعلم والسلوك التي قد لا تظهر عنده بشكل كامل إلا عندما يكبر ويصل لمرحلة المراهقة وما بعدها.

وبالمقابل لن نستطيع فهم المراهق إلا إذا عدنا إلى فهم طبيعته النفسية كطفل وولد صغير، وفهم شخصيته وسلوكه من خلال طبيعة حياته المبكرة. فالقراءة عن الطفولة المبكرة فقط تشبه قراءة الصفحات الأولى من رواية طويلة. والقراءة عن المراهقة وحياة الكبار كأنها قراءة عدد قليل من الصفحات في وسط هذه الرواية من دون إلمام بالبداية والنهاية!

ومثال على أهمية ربط هذه المراحل أن الطفل الذي يمنعه أهله من مساعدتهم في أعمال المنزل في صغره قد ينمو ليكون مراهقاً لا يرغب في المساعدة رغم طلب أهله وإلحاحهم. وكذلك فإن المراهق غير المبدع وغير

المجدد، أو الذي ليس لديه اهتمامات متنوعة في الحياة، تجد أن السبب يعود إلى أنه لم يُسمح له في صغره من أن يقوم ببعض المبادرات الجديدة، وأنه لم يُشجع على الاستكشاف وحب المعرفة والبحث والاطلاع. وبنفس الطريقة فإن المراهق المعاند والمتمرد، والذي يقاتل من أجل الحصول على استقلاله وحريته، يكون قد نما هذا عنده بسبب رفض والديه إعطائه بعض الحرية في السنوات الأولى.

وسواء كان ولدك الآن طفلاً صغيراً أو مراهقاً، فإنه من المفيد جداً أن تتكون عندك صورة متكاملة عن جوانب الشخصية والأفكار والسلوك والطباع. وأنت ستصبح بذلك أكثر صبراً، وأكثر تفهماً لولدك، وستدرك ما هو المطلوب منك لتصحيح الأمور وتقويمها ﴿وَكَيْفَ تَصْبِرُ عَلَىٰ مَا لَمْ تُحِطْ بِهِۦ خُبْرًا ﴿٦٨﴾﴾ **[الكهف: ٦٨].**

وملاحظة أخرى عن الكتاب، أن هناك مواضيع تكون هامة في كل مرحلة من مراحل النمو، فإذا ذُكرت هذه المواضيع في مرحلة معينة فإن ذلك لمجرد تجنب التكرار وليس لحصر هذا الموضوع في هذه المرحلة فقط. **فالنصيحة أن يقرأ الإنسان كامل الكتاب لتتكامل عنده الصورة.**

والذي أريد التأكيد عليه هنا أن النمو عبارة عن عملية مستمرة التغيّرات والتطورات. فأن يكون لك ولد لا يعني أن عندك رضيع فقط، وإنما طفل صغير وسينمو بسرعة، ويبدأ الزحف ثم المشي والكلام، ومن ثم الذهاب إلى المدرسة، والمراهقة حيث يملأ المنزل بالأصدقاء والأصوات والاهتمامات المتعددة. وتأكد بأن هذه العملية ستمرّ بسرعة وإن كنت لن تشعر بهذا في حينها، ولكن **تحدّث إلى من عندهم أولاد كبار وسيخبروك بأنهم لا يكادون يصدقون كيف مرّ الوقت هكذا بسرعة.**

إن أولادك أمانة عندك، وسيغادرون منزلك خلال وقت قصير. فاحرص على رعايتهم وتوجيههم، وأعطهم وقتك وجهدك وانتباهك، وراقبهم وهم يكبرون، ادرسهم وافهمهم كأشخاص لهم خصائصهم وميزاتهم الفردية.

وإذا مررت بوقت صعب عسير، فتذكر أنها مرحلة وتمرّ. وإذا مررت بوقت طيب سعيد، فقدّر أولادك وراعهم. إنهم اليوم معك وتحت رعايتك، ولكنه وقت قصير وإذا هم قد غادروا المنزل. وإذا غفلت عنهم لوقت طويل

فقد فاتك الأمر. فاستمتع بالعيش معهم، والنظر إليهم والعمل معهم. ومَنْ مِنَ الآباء من لا يحب هذه المتعة في هذه الحياة.

لمن هذا الكتاب؟

هذا الكتاب لكل المهتمّين بتنشئة الأولاد وتربيتهم. فهو للآباء والأمهات، والأجداد والجدات، وكل من له مسؤولية تربية أو رعاية الأولاد. وهو لكل من تربطه علاقة مع الصغار.

الإثارة.. ورحلة الحياة العجيبة

تعتبر السنوات الأولى من حياة الولد من أمتع الأوقات في حياته، ففي هذه السنوات ينمو الولد ويتطور بسرعة إلى إنسان «كامل» ناضج، حيث يتعلم المشي والمهارات، ويتطور كلامه بحيث يتقن اللغة والمفردات، ويصبح قادراً على التحرك والانتقال بنفسه من مكان لآخر، وحتى ما هو أعجب من هذا، أن يكتسب هذا المخلوق القدرة على التفكير. وكل ذلك يعني أنه يصبح أكثر تحرراً من المعوقات الجسدية، وأكثر سيطرة على نفسه وبيئته، وأكثر قدرة على التخاطب والتواصل مع الآخرين، وأقدر على تكوين مواقفه وآرائه عن نفسه والآخرين والعالم من حوله، وعلى التفكير بالأحداث، وحتى تَوقع ما يمكن أن يحدث!

ومن الأمور الهامة في هذه السنوات أن ولدك سيرافقك في درب الحياة. فهو سيتحدث معك، ويشاركك أنشطتك وأعمالك ومشاريعك، ويطرح عليك الأسئلة، ويدلي بآرائه وأفكاره. ولا شك أنه سيسعدك ويبهجك ببراءته ودعابته وردود أفعاله الطبيعية، ومحاولاته في استعمال اللغة أو تطويعها لتلبية احتياجاته الخاصة. وسيقوم بمرافقتك واتباعك حيثما ذهبت، وسيقلّد أعمالك وحركاتك، ويعرض خدماته لمساعدتك. وهو سيبدأ المساهمة في حياة الأسرة، ويدلي بدلوه مع الآخرين محاولاً أن يقول للجميع: إنه قد بدأ يأخذ دوره في حياة الأسرة، وإنه يريد من الجميع أن يعرفوا هذا.

وبوجود الجو الأسري السعيد، والحدّ المطلوب من الإثارة والتشويق تصبح حياة الولد في سنواتها الأولى رحلة عجيبة من الاكتشافات والمغامرات. فهو يريد أن يرى العالم بعيون مليئة بالشوق والأمل والإثارة والمرح. فكل ما يقع تحت سمعه أو بصره له في نفسه إثارته وكأنه اكتشاف جديد في هذه

الدنيا. فهو مثلاً يكتشف من جديد أن الشمس لها دفء وحرارة، ويتعرف على اللون الأصفر والأحمر والأخضر، ويدهش لرؤية القطة والعصفور. وحتى المشوار القصير إلى السوق يصبح عنده مغامرة كبيرة مليئة بالمشوّقات. وهكذا فكل شيء له عنده جدّة بعكسنا نحن الكبار الذين فقدنا هذه المشاعر والحساسية.

ولكن وبسبب أنه يستقبل الأشياء بحماس شديد، فإنه يشعر بخيبة الآمال والإخفاق والملل بنفس الشدة والانفعال. فهو لم يتعلم بعد كيف يتحمّل الأمور وكيف يتعايش معها. ولم يتعلم بعد فلسفة الأمور عندما لا يحصل على ما يريد وبشكل فوريّ.

ونجد الطفل يعيش في شكل متطرف فهو إمّا في أعلى درجات البهجة والسرور أو في قاع الخيبة والحزن والملل. إنه لا يعرف بعد درجة بين التطرّفين. وعلينا أن نتذكر هذا الأمر ونحن نتعامل معه وخاصة عندما ينفعل بشدة لأمر نراه «تافهاً صغيراً لا يستحق كل هذا الانفعال».

إن رؤية الولد وهو يمرّ بكل هذه المراحل المتتابعة، وهو ينتقل من الطفولة الصغيرة إلى مرحلة النضج والثقة بالنفس تعتبر من متع الحياة ونعيمها والتي وهبها الخالق للإنسان ﴿زُيِّنَ لِلنَّاسِ حُبُّ ٱلشَّهَوَٰتِ مِنَ ٱلنِّسَآءِ وَٱلْبَنِينَ. . ﴾ [آل عمران: ١٤] صحيح أن هناك عقبات وصعوبات، وصحيح أن هناك لحظات عصيبة قد يتمنى فيها الأهل أن ليس لهم ولد، إلا أن نعمة متابعته وبنائه وتكوينه وتحويله من مخلوق محدود إلى آفاق واسعة رحبة، تبقى نعمة عظيمة لا تقدّر بثمن في هذه الحياة. ولا يحتاج الآباء لمجرد المتابعة والبناء عن بُعد، وإنما يمكنهم مشاركته في هذه المرحلة العجيبة. ولا شك أن الطفل سينسى الكثير من تجاربه الشخصية عندما كان في المرحلة الأولى من العمر، وخاصة السنوات الخمس الأولى، ولا يبقى ربما في مذكرته إلا بعض الآثار الباهتة وكأنها بقايا حلم قديم. ورغم التأثير الكبير لهذه السنوات على حياة الإنسان كولد وكمراهق، وعلى حياته كناضج راشد، إلا أنه من ناحية الوعي والإدراك فإن حياته الواعية تبدأ في السنة الرابعة أو الخامسة من العمر. ومعظم الناس يتذكرون بوضوح تجاربهم وحياتهم بعد الخامسة من العمر، بينما هناك آثار باهتة خفيفة لحياتهم قبل هذه السنوات.

ويشرح بعض الأخصائيين أن هناك أسباباً مفيدة لهذا النسيان. فقد يجد

الإنسان حرجاً إذا تذكر أيامه وأسابيعه الأولى، وكيف كان عاجزاً لحدّ كبير، وأنه كان يعتمد على الآخرين وحتى من أجل حاجاته الجسدية الأساسية. ويمكنك كوالد أن تعود للعيش من جديد في هذه المرحلة المبكرة من حياتك عن طريق العيش مع ولدك وهو الآن في هذه السنوات الأولى، ومن خلال اللعب والحديث معه، ومن خلال النزول معه إلى الأرض. وحيث تجرّب بنفسك ما يمرّ به من سعادة وبهجة أو غضب وانفعال وهو يتعامل مع بيئته. ويمكنك ملاحظة كم يتعلم ويتطور من يوم لآخر وأنت تساعده وتشجعه وتثير انتباهه واهتماماته.

ومن المهم في السنوات الأولى خاصة أن تقدّم له الحدّ المطلوب من الإثارة، وخاصة إثارة الخيال والتصورات. وصحيح أننا لا نعلم الكثير عن نشأة القدرة على التخيل عند الطفل، أو ما تمرّ به من تصورات وخيالات، إلا أن هذه المرحلة المبكرة تعتبر مرحلة هامة للنمو السريع والغني لتخيلات الولد وتصوراته، بحيث تصبح هذه القدرة من المنابع الداخلية الحيوية لحياة هذا الولد. وتساعده قدرة التخيل هذه على الإبداع والتجديد، وعلى إغناء البيئة من حوله بالماديات والأشياء. ولولا القدرة على التخيل عند الإنسان لما كان له القدرة على التقدم والتطور اللائق به كإنسان، ولربما لم يستطع الاستمرار في هذه الحياة. فإذا كانت لديك الآن فرصة للعمل مع ولدك في السنوات الأولى من عمره فاحرص على تنمية خياله وإثارة تصوراته.

وهناك طرق متنوعة لإثارة خيالات الولد، ومن أهم هذه الوسائل أن تحكي أو تقرأ له القصص والحكايات. ووقت الحكايات والقراءة للولد من الأمور المحببة لنفس الإنسان. ويمكنك أن تبدأ بالقراءة والحكايات والطفل ما يزال في سنته الأولى، رغم أنه قد لا يفهم الكثير مما ستلقيه عليه. ومع الانتباه إلى أنه في البداية قد لا يرغب بالاستماع لمدة طويلة حيث تكون قدرته على التركيز لم تنمُ بعد، ولكنه سيحب هذه التجربة من المشاركة مع أمه أو أبيه. ولا شك أنك أنت أيضاً ستستمتع بصحبة ولدك ومشاركته هذه اللحظات، وقد تنطلق أنت أيضاً في خيالك مع القصص والشخصيات التي عشت معها في طفولتك الأولى.

إن هذا العمل لا شك يحتاج منك إلى الوقت وبذل الجهد، وخاصة

أن الطفل سيبدأ يقضي معك وقتاً أطول بعيداً عن سريره وبحيث يحرص على ملازمتك. **ومن المفيد لك في هذه المرحلة المبكرة أن تقسّم أوقاتك وتخصص بعضاً منها لولدك**. وقد تجد نفسك أحياناً تلعب مع ولدك وأنت مشغول الذهن في عمل أو قضية، وقد يعني هذا أنك لم تُدخل بعد ولدك في حياتك الخاصة بشكل كامل. حدد وقتاً معقولاً وقل في نفسك: «إن هذا الوقت كله للولد». وبذلك تحاول أن تضع كل ما تستطيع في قضاء هذا الوقت وبشكل كامل مع ولدك، وبحيث يستمتع كلاكما بهذا الوقت. ومهما كان عملك فإن لولدك عليك حقاً فيك وفي وقتك. إن الطفل لا يستطيع أن يخبرك بحاجاته وحقوقه وهو صغير، ولذلك عليك أن تقضي معه الوقت الكافي، فاستجابتك لحاجاته الآن ستساعده على التعرف على نفسه وعليك، مما يعينه على التكيّف في مقبلات الأيام.

الاستعداد للأبوة

يتكيّف معظم الآباء بشكل سهل ومناسب مع فكرة الرزق بمولود جديد، حيث يرى الزوجان أن هذا الوليد كامتداد طبيعي لعلاقة المحبة بينهما. ويوسّع هذا المولود الأسرة ويغني حياتها. ولا شك أن غالب الآباء يتطلّعون لهذا المستقبل بكثير من الشوق والبهجة، مع الشعور بالاطمئنان والثقة بالنفس وبالطرف الآخر شريك الحياة. ولكن لا بد أن تنتابهما مع هذه المشاعر لحظات من الشك والخوف والتهيّب من المستقبل. وهذا أمر طبيعي أمام مثل هذا التغير الكبير في حياتهما كزوجين. والأمر المهم هنا أن يتذكّرا أن مما يساعد كثيراً هو الحديث والتشاور مع الآخرين. وهذا لا يعني أن يهرع الإنسان وبسرعة للحديث مع الآخرين في كل مناسبة تعترضه فيها صعوبة ولو خفيفة. ويختلف الناس في طبيعة حديثهم عن مشكلاتهم وما يعترضهم من صعوبات. فمنهم من لا يهدأ له بال حتى يُحدّث أحداً ما بكل ما في صدره من مشاعر وأفكار، بينما هناك منهم من يفضل أن يقلّب الأمر بنفسه أولاً ولبعض الوقت. وبشكل عام، إذا كان الأمر المستجد كبيراً بحيث يسبب قلقاً وأرقاً وانشغال البال ـ كتوقع مولود ـ **فإن الحديث الهادئ والمنطقي، والتعبير عن المشاعر والعواطف والتطلعات والتخوفات يبقى أمراً نافعاً ومفيداً.**

ومما ينفع الوالدان أن يطورا عادة القدرة على النقاش والحديث ومشاركة العواطف والأفكار مع بعضهما البعض. وستؤتي هذه العادة ثمارها طوال حياتهما، وخاصة في أوقات الشدة والقلق والصعوبات، وعليهما التحلي بمنتهى الصراحة والوضوح. ومهما بدت التخوفات صغيرة وتافهة فإن الحديث والتشاور بين الزوجين يبقى من الأمور المثمرة. فقد تفكر الأم مثلاً فيما إذا كانت ستكون أمّاً ناجحة مع ولدها، وبأن الحمل قد يؤثر على جمالها

وشكلها، وأنها ربما ستضطر للمكوث الطويل داخل المنزل. وقد يفكر الأب فيما إذا كان المولود الجديد سيأخذ منه كل انتباه زوجته، وفيما إذا كان سيستطيع تأمين النفقة وحاجاته، أو إذا كان سيستطيع تربيته التربية الصالحة. وهذه مجرد أمثلة لما يمكن أن يدور في ذهن الأبوين وهما ينتظران الوافد الجديد. والمهم أن الكلام وتبادل الرأي والمشاعر أمر يشجّع الطرفين ويجنّبهما بعض المزالق، ويساعدهما على التأقلم مع التغيير الذي سيحصل بطبيعة الحال مع الولادة.

وقد تختلف طباع الزوجين بحيث أن أحدهما يرغب في المشاورة والحديث عن المشاغل وما يقلق الواحد منهما، بينما يميل الثاني إلى قلة التأثر والانزعاج إلى حدّ أنه يستغرب شدة انشغال بال الطرف الأول، وبالتالي فقد لا يكون الثاني مستمعاً جيداً أو معيناً للأول من خلال الكلام والتعبير عمّا في النفس. ومن الصعب أن نستطيع التغيير الجذري لهاتين الطبيعتين، ولكن إذا كنت من النوع الأول الذي ينشغل باله بسرعة وتحب مشاركة الحديث مع الطرف الآخر، فحاول أن لا تكثر من هذا الأمر، وتجنّب أن تحادثه في أوقات التعب والانزعاج، أو عندما يكون منشغلاً بعمل آخر.

وإذا كنت من النوع الذي نادراً ما يقلق وينشغل باله، وتجد صعوبة أو عدم رغبة في الاستماع لمشاكل الآخر، فذكّر نفسك بأن للناس طبائع مختلفة، وأن مهارة القدرة على الاستماع من الأمور القيّمة والجوهرية التي يمكن أن يقدمها الإنسان للآخرين. وحاول أن ترى الأمر من وجهة نظر الطرف الآخر. وتذكَّر أن انشغال الذهن والقلق هي من أنواع ردود الفعل الطبيعية عند معظم الناس أمام المواقف الجديدة والتغيرات الحياتية، وأن أكثر ما يساعدهم في هذه الحالة هو أن يبدي لهم مَن حولهم التفهم والتعاطف والتأييد.

التكيّف والتعامل مع المواقف والمشاعر السلبية:

إن من شأن المواقف والمشاعر السلبية من موضوع التعامل مع الأولاد أن تزيد من المشكلات والصعوبات في قابلات الأيام. فاحرص على التعامل الإيجابي الحسن مع ولدك من البداية وستجده يتعامل معك بشكل إيجابي حسن. بينما سيؤدي ارتكاب الأخطاء في علاقتك معه إلى مزيد من القلق والصعوبات.

إن الاستقبال السلبي لقدوم المولود الجديد سيجعل الأمور صعبة على الجميع وخاصة أنت. وبمقدورك أن تغيّر من مواقفك إما من خلال الجلوس والتفكير في الأمر بهدوء، أو ـ وهذا الأفضل ـ من خلال الحديث مع شريكك في الحياة. ومن أسوأ الأمور أن يعتقد الإنسان أنه لا يستطيع تغيير مشاعره ومواقفه من الأمور. وفي الواقع فإن كل عمليات التعلم والتعليم سواء الرسمي المدرسيّ أم غير الرسمي في البيت والمجتمع تقوم على القاعدة المعرفية التي تقول: بأن الإنسان يستطيع تغيير طريقة تفكيره ومشاعره عن نفسه والآخرين والعالم المحيط به. وكأب فإنك تتوقع كل يوم أن تغيّر من سلوك ولدك عندما يقوم بعمل غير مناسب، فإذا كان ولدك يستطيع القدرة على هذا التغير فأنت كذلك قادر على هذا. **فابدأ الآن بالنظر في مواقفك ومشاعرك السلبية التي يمكن أن تحملها نحو قدوم الولد الجديد، وابدأ بتغييرها من الآن.** وطريقة ذلك أن تقرّ أولاً بوجود مثل هذه المشاعر السلبية والتي غالباً ما نحاول نحن البشر إخفاءها حتى عن أنفسنا، وخاصة إذا كانت مشاعر لا نرغب فيها ولا نوافق عليها وربما نشعر بالذنب لوجودها. إن هذه المشاعر لا تذهب لمجرد تجاهلها أو إنكارها، وإنما تقبع تحت السطح لتظهر في بعض الحالات والمواقف كحالات التعب والغضب والانفعال.

ومن النتائج الأخرى لإخفاء هذه المشاعر أن إنكارها يجعلها تبدو بشكل أكبر من حجمها الحقيقي، كالمخلوقات المخيفة التي كنّا نظن في طفولتنا أنها مخلوقات حقيقية فإذا بها ليست أكثر من خيال أو ظل في غرفة النوم. ولكن عندما نواجه هذه المشاعر فسندرك أنها ليست بأكثر من هذه الخيالات والظلال التي عشنا معها في طفولتنا.

والخطوة التالية بعد مواجهة هذه المشاعر أن ندرك أنه أمر طبيعي أن تتكون بعض هذه المشاعر والمواقف السلبية أمام هذا الحدث الهام في الحياة، وأنها ردود أفعال طبيعية، وليست موجهة ضدّ الطفل بالذات.

وهناك من الناس من تكون ردود أفعالهم بالاتجاه المعاكس، حيث يستقبلون الولد بمنتهى الحماس والفرح ناسين تماماً أن الولد سيأتي ومعه سهر الليل وقلة النوم، والاستيقاظ المبكر، وكذلك سيأتي بالصعوبات والمشكلات. ومهما كانت مشاعر الآباء وتخوفاتهم فإن معظمهم يصرح أن الكثير من هذه المخاوف قد زالت منذ لحظة نظرتهم الأولى إلى هذا المولود

الجديد، وأنهم شعروا ومنذ تلك اللحظة بالرابط القوي الذي يربطهم بالعضو الجديد في الأسرة.

هل سأستطيع القيام بمهمة التربية؟

إنها لحقيقة عجيبة أنه رغم أن الأبوة والأمومة من أهم الأعمال التي يمكن أن نقوم بها في حياتنا إلا أننا في غالبيتنا لا نتلقى شيئاً من الإعداد والتدريب لهذا الدور وهذه المهمة الحرجة الخطيرة. إننا لا نسمح عادة للإنسان أن يصبح مدرساً إلا بعد التدريب والإعداد الطويل على التعليم، وكذلك بالنسبة للطبيب والممرضة وكل من يكون على تعامل واحتكاك مع الناس وخاصة الصغار منهم. ومع ذلك **فالآباء الذين لهم الدور الأهم والأكثر حساسية يُتركون ليتلقوا بأنفسهم بعض المهارات والخبرات بطريقة أو بأخرى، وبشكل عفوي اعتباطي متروك للصدف.** وليس عند الكثير منهم إلا بعض الذكريات عن آبائهم وأمهاتهم في تنشئتهم، أو قد يعتمدون على نصائح الجيران وتوجيه الأصدقاء! ولذلك ليس مفاجئاً أن يشعر الآباء عند استقبالهم ولداً جديداً بالقلق والشك في قدراتهم على تنشئة ولدهم بشكل ناجح. ولا بد أن ينشأ هذا القلق عندما يشاهد هؤلاء كم يعاني الآخرون في كفاحهم الطويل في تنشئة أولادهم، وبالقصص الكثيرة التي يسمعونها عن صعوبات الأولاد والجيل الجديد في هذه الأيام.

يجب أن أقول هنا أن لهذا القلق وانشغال البال دلالات صحيّة سليمة، وأنه أفضل بكثير من مجرد الثقة الخادعة بالنفس، والتوهم بأن الإنسان سينجح من المحاولة الأولى، ومن التجربة الأولى، وأنه سيقوم بالدور بشكل كامل.

وقد تكون قراءة كتب التربية والتنشئة مخيفة أحياناً للبعض لأنها قد تترك انطباعاً أن على الإنسان أن يتعلم ويحفظ الكثير من القواعد والأمور التربوية، وأن هناك أخطاء كثيرة يمكن أن تحدث إذا لم يكن الإنسان شديد الانتباه والحذر. ومن الأمور التي تعين كثيراً أن يتحلى الآباء بالفهم البسيط والأساسي للولد، والاعتماد على الفطرة السليمة والحكمة في التصرف، وعلى التحلي بالهدوء والتفكير عند التصرف. **صحيح أنه ستظهر عقبات وتحديات أمام الوالدين، إلا أن وجود المحبة وبذل الجهد والرغبة في التعلم**

والاطلاع سيمكنهما من اكتساب الخبرات اللازمة للانطلاق السليم في رحلتهما مع ولدهما.

هل سيكون ولدي سليماً؟

ربما كان من أكثر الأمور انتشاراً عند الآباء الذين يتوقعون مولوداً جديداً هو تخوفهم من ولادة طفل مصاب ببعض المشكلات الجسدية أو العقلية. ولا شك أن الطب الآن يستطيع أن يبشّر الكثيرين بأن ولدهم ينمو نموّاً طبيعياً سليماً كمعظم الأولاد الذين يولدون في كل يوم. وإذا كان هناك بعض الشك والخوف في هذا الأمر فيفيد عندها مراجعة طبيب الأسرة. ومن الطبيعي أن بعض الأمور التي تبدو لأول وهلة أنها مخيفة ومعقدة، فإنها تظهر من خلال المعالجة والتدبير السليم أمراً سهلاً بسيطاً. ولكن لنذكر أنه ليس فقط التقدم الطبيّ الذي يفيد هنا، وإنما هناك دور كبير لتفهم الأبوين وتقبلهما للوافد الجديد، وأنهما سيقدمان له كل المحبة والرعاية التي يحتاجها ويستحقها. وليس هذا للتقليل من خطورة وصعوبة الأمر، وإنما لإقرار أمر هام وهو أن النجاح والتوفيق متوقف لحدّ كبير على تفهم الإنسان وموقفه من الأمر واستعداده النفسي. وإذا كان هناك خلل أو عيب أو نقص فليس هذا من خطأ الوالدين، وليس من ذنب الطفل. **ولذلك لا مبرر لشعور الوالدين بالذنب وتأنيب الضمير، والمطلوب هو بذل الجهد لتكون حياة الوالدين وحياة الولد كأسعد ما يكون، وكأقرب ما يمكن للحياة «الطبيعية».**

التوقعات الواقعية:

إنه من الأهمية بمكان أن يتحلّى الأبوان بنظرة واقعية لما هو قادم إليهما، وللتغير الجذري في حياتهما. فرغم أنه أمر طبيعي سليم أن يتشوقا إلى استقبال مولودهما، وإلى المتعة في العيش معه، إلا أن هذا السرور يجب ألا يمنعهما من أن يكونا واقعيين.

فرعاية الطفل الرضيع قد تكون عملاً شاقاً في بعض الأحيان، وهو ليس مجرد مخلوق صغير سعيد، يتناول طعامه بكل سهولة وبالوقت المناسب، أو ينام طوال الليل دون مشكلات، أو يستيقظ في الصباح دوماً مرحاً مبتهجاً من دون أن يعترض نظام الأم وروتينها اليومي. لا شك أن كل هذه الأمور تحصل وفي كثير من الأحيان، إلا أن هناك أوقاتاً أخرى على الوالدين أن يتوقعاها

ويعدّا نفسيهما لمواجهتها والعيش معها. ومن أهم هذه الأمور تقديم الرعاية والخدمة للمولود، واحتمال بكائه وصوته.

لا شك أن الطفل الصغير يتطلب الكثير من الخدمات والرعاية، فهو يحتاج إلى التنظيف وتغيير الفوط أو المناشف، والتغذية والتسلية، وغسل ملابسه، وإعداد وجبة طعامه، وتنظيف سريره وكرسيّه، وتنظيف الأرض بعد التقيؤ، وتغيير ملابسه. إنه يحتاج إلى من يشتري له حاجاته من السوق، وترتيب غرفته، ووضعه في السرير للنوم وإخراجه منه عند الاستيقاظ، وحمله ونقله من مكان لآخر. ويحتاج إلى من يضع اهتماماته وطلباته قبل كل شيء آخر، ولمن يمكن أن يتابع هذه الخدمة والرعاية ٢٤ ساعة في اليوم والليلة وهو يستيقظ في اليوم التالي بابتسامة مرسومة على وجهه واستعداد للعب مع الولد منذ الصباح الباكر، وكأنه لم يعمل شيئاً في اليوم السابق.

ولا شك أن كل هذه الخدمات تترافق عادة بالبكاء الكثير من قبل الطفل. فهو يمارس كل أنواع البكاء، وكل طبقات الصوت وشدّته، وفي كثير من المواقف والظروف التي يمكن معها البكاء. وربما يتوقع الطفل مِن كل مَن حوله أن يستطيع فهم لغة البكاء بدقة، وماذا يريد، وبالتالي أن يستجيبوا لطلباته ورغباته فوراً. وكأنه يتوقع أيضاً أن تبقى أمه وأبوه دوماً وفي كل ساعة من ليل أو نهار أمامه لتلبية طلبات بكائه!

نعم، تأكد أن الطفل يحتاج للكثير من الجهد والتعب والصبر. وستكون حياة الأبوين وخاصة في الأشهر الأولى، وخاصة حياة الأم تدور حول الولد وخدماته ورعايته. وستكون هناك أوقات تصل فيها الأم إلى نهاية قدراتها الجسدية والنفسية والشعورية. **إلا أن فهم الأم للدور الهام الذي تقوم به، مع استعدادها لتجاوز العقبات، وأن ما تقدمه هو ثمن لسعادة هذا المخلوق الذي وهبه الله لها، فإنها ستستطيع متابعة الطريق من غير أن تشعر بخيبة الأمل والإحباط.** وستستطيع الأم أن تقابل العسر باليسر، وهي تذكّر نفسها أنه مهما ساء الحال وطال فلن يدوم. ومن أكثر ما يريح الإنسان في هذه الأوقات الحرجة الصعبة أن تحاول الأم أن تذكر أنه ما هو إلا وقت «قصير» ويتجاوز الطفل مرحلة طفولته، وأنه بعد عدة أشهر لن تعود هذه الصعوبات من جديد.

والمقصود من هذا الكلام أن يتعرّف الوالدان على طبيعة المرحلة الجديدة، وطبيعة العمل المطلوب منهما، وعلى ما تأتي به هذه المرحلة المؤقتة من متعة وسرور.

العلاقة بين الوالدين

إن العلاقة بين الوالدين من الأمور الهامة في حياة الولد ونشأته، وهي بأهمية العلاقة بين الولد ووالديه. فالولد ينشأ عادة ويترعرع بشكل طيّب في الجو الذي يعيش فيه الأبوان في ظل حياة زوجية سعيدة، وفي جو من المرح والضحك المشترك مع بعضهما. وفي جو يقدّر كل طرف مشاعر ومصالح الطرف الآخر، بحيث يتحدثان عن الأمور، ويشتركان في المسؤولية، ويساعد كل منهما الآخر. وبهذا الشكل يقدم كل منهما مثلاً للقدوة الحسنة، وكيف يجب أن تكون العلاقة المنسجمة.

والولد الذي ينمو في مثل هذه البيئة ستكون عنده مشاعر عميقة بالأمن والأمان. فأمامه القدوة الحسنة، وكيفية التعامل مع الآخرين، وهو يعرف أيضاً أن المنزل مكان آمن في هذه الحياة.

وعلى العكس، فالجو المشحون بالكثير من الخصومة والخلاف بين الأبوين حيث يتكرر ارتفاع صوتهما بالغضب والانزعاج، ويُدفع أحدهما من قبل الآخر إلى البكاء، مع الشعور بالألم والحرقة وعدم الثقة، فهذا الجو يجعل الطفل تتوزعه المخاوف والاضطرابات، ويتشتت ذهنه فهو من جهة يحب أبويه معاً إلا أنه يحتار مع أي طرف يقف، وقد تنتابه مخاوف إمكانية افتراقهما وتحطم الأسرة. ويصعب على الطفل أن يستمتع بأي نشاط أو مناسبة أسريّة، وبالتالي تصبح أوقات الطعام والرحلات والأنشطة الاجتماعية أوقاتاً للخصام والنزاع، أو الغضب والامتناع عن الكلام. ومما يقلق الولد أن يسمع أصوات والديه في شجار عند المساء وهو مستلقي على سريره يحاول النوم. وقد يشعر وهو يعود إلى منزله من المدرسة أنه عائد إلى جو مشحون بالانفعالات والغضب. وكل هذه الأمور تعيق العلاقة الحميمة بين كل من الوالدين والولد، لأن كل منهما متعب ومتألم ومضطرب بسبب الخلاف الزوجي هذا.

نعم، صحيح أنه أمر طبيعي أن تمرّ العلاقة الزوجية ببعض الظروف الحرجة، وأنه قد يصعب ضمان أن لا يرى الولد أو يسمع بعض ما يدور بين الوالدين. وقد يكون منظر الأبوين يتناقشان في أمر من الأمور أفضل من مجرد رؤيتهما يمتلأن رويداً رويداً بالانفعالات التي تكاد أن تنفجر دون أن تجد لها متنفساً. ومن الأفضل للحياة الأسرية أن يكون هناك صراحة بين أفراد الأسرة، وأن يكونوا قادرين على الحديث المباشر مع بعضهم البعض. ولكن تبقى أفضل بيئة للولد هي المنزل الذي يحترم فيه الزوج رأي زوجه ووجهة نظرها. والذي يفسح للطرف الآخر مجال الحرية للتعبير عن مشاعره وأفكاره. وكل ذلك من خلال إشعار الآخر بقيمته الشخصية والفردية. فعلى هذا الشعور بالقيمة الإنسانية تقوم سعادة الإنسان. **والبيئة المناسبة أيضاً هي المنزل الذي عندما تظهر فيه خلافات وجهات النظر فإنها تُناقش بحرية وصراحة، بدل أن يحتدّ الجدال وترتفع الأصوات.**

ومن المشكلات الكبيرة لمحاولة حلّ النزاع عن طريق الجدل وتعالي الأصوات، أن هذا الجو يدفع الناس ليقفوا مع طرف ضدّ الطرف الآخر. والحادثة التي بدأت صغيرة لا تحتاج لأكثر من حديث بسيط، تشتعل لتكون مشكلة كبيرة. وعندها قد لا يستطيع أي طرف التراجع، فقد انفعلت العواطف، وتداخلت المواقف، وأصبح كل طرف يرغب بالفوز وإثبات خطأ الآخر و«الانتقام» لنفسه. والنتيجة النهائية لهذا الأمر أن يصبح هناك حالة من المواجهة والصدام تعيق أي عمل مثمر وإيجابي مع الولد. وتترك حالة المواجهة هذه غبار المعركة داخل المنزل لعدة أيام، وقد يقول الإنسان وهو في مثل هذا الجو من الانفعال بكلام لم يقصده، وقد يفهم السامع ما لا يقصده المتحدث، ويحفظ كل منهما ما سمع أو فهم من الآخر لفترة طويلة، بحيث تؤثر هذه الذكريات على نوعية الكلام والتواصل الذي يمكن أن يحدث بعد عدة أيام أو أسابيع، فإذا بالمواجهة والانفجار يحدث من جديد وبشكل عنيف.

ويعاني الأولاد كثيراً عندما يتعرّضون لمثل هذه الصدمات النفسية المتكررة، ولفترات الصلح والهدنة المشحونة بالصمت والجفاء وعدم الاحتكاك .ويذكر الولد في قابلات حياته بعض ما مرّ به من مشاعر وأحاسيس

وهو في ذلك الجو المشحون، وتزداد معاناته كلما ازدادت حساسيته. ومهما كان عند الولد من قدرة عالية على التحمل فلن يخرج من المعركة سليماً دون «جراح».

وسيستنتج الولد أن ظروف حياته الخاصة هي الشكل الطبيعي للحياة، وخاصة أنه لا يمتلك نموذجاً آخر يقارن به، فيحاول جاهداً التكيف مع هذا الجو كما هو عليه. وهذا مما قد يجعلنا نظن أحياناً أن الولد لم يتأثر لأنه قد اعتاد على هذا الأمر والنمط من الحياة. ولكن في الحقيقة يكون عند الولد الكثير من الاضطراب والشعور بفقدان الأمن وضعف الأمل الذي قد يترك آثاره عليه مدى حياته.

وهذا لا يعني أن يشعر الأهل بالذنب أن ولدهم قد يرى أحياناً شيئاً من النقاش أو الجدال بين والديه، ولكن يعني أن يفكر الإنسان بانتباه إذا كانت علاقاته الزوجية من النوع الذي يكثر فيه الخلاف الأسري. ولنذكر أن الانفجارات الغاضبة النادرة قد تُخيف الولد كثيراً عندما تحدث فجأة وبقوة شديدة.

إذا كان زواجك من هذا النوع الذي تكثر فيه الصعوبات فعلى الزوجين أن يجلسا للحديث في طرق تحسين الأمر. وبشيء من الموضوعية من قبل الطرفين يمكن أن تُتجنّب الكثير من الخلافات الصغيرة التي تسبب النزاعات الكبيرة. ويمكن أن يتفقا على التزام الهدوء وعدم الجدال أمام الأولاد، وتأجيل الحديث في الأمر لوقت آخر لا يتواجد فيه الأولاد، وبحيث يكون كل من الطرفين أكثر موضوعية وفي حالة من الهدوء والتركيز.

التأثير على التقدم المدرسيّ:

من الطبيعي أن الولد الذي سينشغل ذهنه ببعض المشكلات بين أبويه سيشعر بالقلق وعدم الأمن مما قد يُضعف قدرته على الانتباه والتركيز في المدرسة. وقد يكون الولد من النوع المزاجي الذي يجعله يُسقط انزعاجه وقلقه على الآخرين ممن حوله في المدرسة، فيصبح عدوانياً أو مزعجاً لمعلمته أو الأولاد الآخرين. وقد يقوم في بعض الأحيان بأعمال لا اجتماعية كالسرقة أو تحطيم بعض أثاث المدرسة، أو الشجار مع الآخرين من أجل أن يجذب انتباه

والديه لنفسه بعيداً عن مشكلاتهما الخاصة، ظنّاً منه أنه بذلك ينهي الخلاف الذي بينهما. ويتميّز الولد بطبعه بولائه الشديد لوالديه مما يجعله لا يبيح لأحد عن أسباب قلقه وانزعاجه. ويجد كذلك صعوبة في تمييز هذا القلق الداخلي وإدراك كنهه مما يضعف قدرته على الحديث عما في نفسه. ولذلك قد تقوم المعلمة في المدرسة بوصفه بأنه مشاغب وعدواني أو كسول مهمل. فإذا به ليس أمام مشكلة واحدة في المنزل وإنما أمام مشكلات ومخاوف في المدرسة. ويشعر الوالدان نتيجة ذلك بأن مشكلاتهما قد ازدادت بسبب صعوبات الولد المدرسية، وتدخل الأمور في بعضها في دائرة معيبة وحلقة مفرغة. ويتضعضع حال الأسرة ككل، وينعزل أفرادها عن بعضهم، ويفقد كل منهم الدعم والتأييد والعطف في ساعات العسرة حيث هو في أمسّ الحاجة لرعاية من يعزّ عليه في حياته.

ويحسن أن نقول هنا: إن معظم الأسر لا تترك نفسها لتصل إلى هذا الحدّ من التدهور. ولكن هذا لا يقلل من أهمية مضاعفة مسؤولية الزوجين لإنجاح العلاقة الزوجية، لا من أجلهما فقط، ولكن من أجل الولد أيضاً. ومن حق الولد أن لا يصبح ضحية الخلافات الزوجية، وألا يصبح لعبة في قضية الولاء للأم أو للأب، وألا يُستخدم كسلاح في يد أحد الزوجين ضدّ الآخر كما يحصل عندما يهدد أحدهما الآخر بأخذ الولد أو التهديد بمغادرة المنزل وترك الولد للطرف الآخر ليدبّر أمره بنفسه!

انفصال الأبوين:

يتساءل الآباء الذين يمرون في صعوبات زوجية فيما إذا كان من الأفضل انفصالهم بدل أن يعيش الولد في جو مشحون بالخلاف وكثرة الشجار، وفيما إذا كان من الأفضل أن يعيش الولد مع أحد والديه ويرى الثاني بين الحين والآخر.

ولا شك طبعاً أنه إذا ساءت الحالة الزوجية وتدهورت العلاقات بينهما فعندها علينا أن نفكر ليس فقط في مستقبل الولد وإنما أيضاً في مصير حياة الزوجين وصحتهما النفسية والعاطفية والجسدية. ولكن إذا ركّزنا الحديث على الولد، فنقول: إنه قد يكون من الأفضل للجميع أن ينفصل الأبوان عن بعضهما، وأن يقوم أحدهما بتقديم الرعاية المطلوبة للولد. ولا شك بحدوث

صدمة نفسية عند الجميع بسبب هذا الانفصال، وخاصة إذا صاحبه انتقال من المنطقة السكنية، وتغيّر المدرسة وربما الأصدقاء. ولا شك أن هذا الحل سيسبب تشوشاً في ذهن الولد فيما يتعلق بولائه ومحبته لوالديه، ولكن قد تبقى هذه الصعوبات أفضل من المعاناة المزمنة والصعبة نتيجة العيش في وسط المعارك والنزاعات المستمرة. ومن الأخطاء التي قد يقع فيها بعض الناس وهم أمام زواج مضطرب مشحون بالخلافات: أن يعمد الزوج أو الزوجة إلى إنجاب طفل جديد على أمل أن ينقذ المولود هذا الزواج من الانفكاك. والغالب أن يصبح هذا المولود عبئاً جديداً على الزواج، وربما سبباً آخر للخلاف والافتراق.

ومن الظلم للولد أن يحاول الوالدان إدخال ولدهما في هذا النزاع وهو في صغر عمره وقلة نموه العاطفي وخبرته في الحياة. فقد يحاول الواحد منهما أن يُسمعه وجهة نظره، وقد يطلب منه رأيه في علاج الأمر!

وقد تمر الأمور في جو من التفاهم والمودة بعد هذا الانفصال بحيث لا يكون هناك الكثير من المشكلات، ولكن في حالات أخرى قد تتعدد الصعوبات والمشكلات. ونجد الطفل يعيش مع الطرف الذي بيده عهدة الولد، وهو يذهب ليرى الطرف الثاني كل أسبوع على سبيل المثال. والغالب أن يكون هذا الطرف الثاني غير مسؤول عن رعاية الولد وتربيته ولذلك يكون في راحة واطمئنان، فما هي إلا ساعات ويعود الولد إلى الطرف الأول. وقد يقدم هذا الطرف الثاني الكثير من الألعاب والحلويات والهدايا، فلا غرابة أن نجد الولد يستمتع ويفضل صحبة هذا الطرف الذي يدلله ويغدق عليه بما شاء. وقد يقوم هذا الطرف بانتقاد الطرف الآخر وأسلوبه في التربية والرعاية، سواء كان بشكل واضح أو خفيّ، مما يعطي الولد الانطباع بأنه سيكون أكثر سعادة لو ترك الطرف الأول وانتقل نهائياً إلى الطرف الثاني. وقد يلوم الولد الطرف الأول صاحب العهدة والمسؤولية وكأنه هو سبب تفكك العلاقة الزوجية، مما يزيد في صعوبات سلوكه. وإذا كان هذا هو الحال فلا تلوم الولد فهو آخر من يلام. فما هذه النتيجة إلا إحدى النتائج السلبية الناتجة عن انفصال الوالدين. وحاول أن تمنع نفسك من تكرار الخوض في إفهام ولدك جانبك من القصة وكيف أنك بريء وأن

كل الخطأ يقع على الطرف الآخر. إن هذا الأسلوب يقلب الولد ضدّك أيضاً من حيث لا تدري. **إن الولد سيفهم موقفك بشكل أوضح من خلال التعامل الطبيعي المحترم والمقدّر للطرف الآخر، ومن خلال تحملك لمسؤوليتك، وإبداء الاهتمام بالولد وبالطرف الآخر.** وإذا قام الولد بمقارنتك مع الطرف الآخر بشكل سلبيّ فانتبه أن لا تنجرّ إلى الخوض في المقارنات والتدقيقات، ولا تسمح للولد أن يلعب دور ساعي البريد بينك وبين الطرف الآخر، ولا تشعره بأنك متألم أو مجروح من تصرفات الآخر، فالطفل قد يستعمل هذه المشاعر والأحاسيس ضدّك عندما تسنح له الفرصة.

وعلى كل طرف أن لا يحاول التنافس مع الآخر، وإنما يحاول كل منهما تقديم أفضل ما يستطيع للولد وبشكل طبيعي. وليتركا الولد ليكوّن انطباعاته الخاصة عنهما. ومن الصعب أن يُخدع الولد بالأعمال المصطنعة المبالغ فيها من التدليل والإغراء المادي من قبل الطرف الذي يزوره الولد كل أسبوع أو عدة أسابيع. وليحاول كل طرف ألا يخسر عواطف الولد من خلال لومه وعتابه على محبته وتقديره للطرف الآخر. وبسبب أن الافتراق ليس من كسب الولد فمن غير الطبيعي أن يتوقع الوالد الذي يقوم على تربيته الكثير من الشكر من الولد لما يقدمه هذا الوالد من مسؤولية هذه التربية بمفرده. وقد يجد الوالد ـ أباً أو أماً ـ صعوبة في تقبل هذا الأمر. ولكن الحقيقة أن الولد يفترض أنه أمر طبيعي أن يلقى هذه الرعاية الطيبة والجيدة، وكأنه لا فضل لأحد في ذلك. وهذا لا يعني أنه لا يقدّر الأمر، وإنما يعني أنك وكل ما تقوم به جزء من حياتك ومسؤوليتك، ويصعب عليه أن يرى جهدك بشكل موضوعي. وسيكون بين الولد ومربيه علاقة أطيب وأمتن إذا تجنّب هذا المربي تذكيره على الدوام بفضله عليه وما يقدمه من جهود في خدمته ورعايته وتربيته.

دور الأب وبقية أفراد الأسرة

يختلف دور الأب من أسرة لأخرى، ولكن **وحتى في الأسر التي يتولى فيها الأب كسب الرزق ولقمة العيش لأفراد الأسرة فإنه يبقى عليه دور هام يلعبه في حياة ولده.** ولا شك أن هناك الكثير من الآباء الذين يترددون كثيراً في التدخل الكامل في رعاية ولدهم وخاصة في المراحل الأولى المبكرة، وقد يقرّ بعضهم بأنه لا يشعر بالراحة والثقة بنفسه للقيام بهذا العمل. والغالب أن يعود هذا إلى الحياة الاجتماعية والنظرة التي اعتادتها الأسرة في المجتمع، وليس بسبب عوامل جسدية أو عضوية. **ويبدو أن الرجال قد أقنعوا أنفسهم عبر الأجيال أن رعاية الولد الرضيع من مهمات الأم فقط وأنه لا دور لهم في هذا! وليس هناك من عوامل حيوية بيولوجية تدعم هذا الموقف،** فغريزة الأبوة قوية عند كلا الجنسين إلا إذا تدخلت الثقافة والحياة الاجتماعية في هذا الأمر. ولذلك نرى فروقاً واضحة في هذا الأمر بين الأمم والمجتمعات والثقافات. ففي بعض الأسر التي تعمل فيها الأم خارج المنزل لكسب رزق الأسرة نلاحظ أن للأب دوراً واسعاً في رعاية الطفل الصغير، لدرجة قد يفوق معها دور الأم. وقد لا يُحرم الطفل شيئاً إذا قام الأب بدوره بنجاح وتوفيق. ولكن حتى في الأسرة التي تتولى فيها الأم رعاية الطفل فإنه من المفيد لكل من الأم وولدها أن يكون للأب دور فعّال في الرعاية والتربية، وخاصة إذا كان الطفل ممن يستيقظ في وسط الليل أو الصباح الباكر، الأمر الذي يكون متعباً ومنهكاً. **ومما يريح الأم ويرفع من معنوياتها أن تشعر بتأييد زوجها وشريكها لها في هذه الساعات الطويلة المتعبة الموحشة.**

وهناك من الرجال من يصرّ على أنه لا يريد أن يقوم بعمل شيء من رعاية الولد عندما يعود هذا الأب من عمله متعباً. ولكن علينا أن نذكر أن الأم كذلك كانت تعمل طوال النهار في رعاية ولدها أو أولادها. وإذا قام

الأب بأخذ الولد من بين يدي زوجته فإنه بذلك يحقق عدة أمور من بينها التعرف الحقيقي والصميمي على ولده، ويظهر بذلك محبته واهتمامه بزوجته، وهذا مما يطمئن الأم ويعطيها الشعور بدفء العلاقة مع زوجها، ويشعرها بتقديره للدور التربوي العظيم الذي تقوم به. **إن الحمل ومن ثم الإنجاب والرعاية من المراحل الهامة في حياة الأم، وهي تحتاج أثنائها إلى معرفة أن شريك حياتها ما زال يهتم بها ويرعاها كما كان قبل الإنجاب.**

ولا شك أن المرأة التي تتلقى مثل هذا الانتباه والرعاية من زوجها تصبح أكثر سعادة وبهجة في الحياة. ولا يتطلب هذا الأمر الكثير من قبل الأب، ويكفي مثلاً أن يبادر الأب عند عودته من عمله أن يظهر اهتماماً بالأم وبولدها وبما جرى معها أثناء النهار من أحداث. وإذا كان الطفل نائماً في سريره فيمكن للأب عند عودته أن يذهب لغرفة ولده ليطمئن عليه، وإذا رآه مستيقظاً أن يأتي به ليجلس مع أبويه. وأن يساعد الأم في إطعام الطفل إذا حان وقت طعامه، وكذلك أن يأخذ دوره في رعايته إذا ما شكى من ألم أو استيقظ أثناء الليل. وستصبح هذه الأمور بعد فترة من الأمور الروتينية المعتادة، وسيتم للأب بناء علاقة حميمة قوية مع ولده. ومن خلال الوقت سيربط الولد بين حضور والده وبين هذه الأعمال التي تريحه وتسعده، وبالتالي يصبح الطفل يتطلع لرؤية والده والتّماس معه.

ومن الأمور الشائعة أن يخرج الأب مساء من منزله عندما يكون له طفل صغير. فتراه مثلاً يدخل المنزل بعد العمل ليتناول طعامه ومن ثم يترك المنزل ويذهب إلى زيارة أصدقائه تاركاً الأم مع ولدها حتى نهاية السهرة في ساعة متأخرة. وقد يحتجّ الأب أن هذا هو نمط حياته الذي اعتاده قبل الزواج، وأنه لا يرى مبرراً لتغيّر نظام حياته الآن لأنه رُزق بمولود! فقد يعني التغيّر بالنسبة له اعترافاً بمسؤولياته الجديدة، وأن أيام حريته واستقلاله قد ولّت. والجواب على الأمر أنه نعم هناك مسؤوليات جديدة لم تكن عليه قبل الإنجاب، إلا أنه الآن أب، **ومع الأبوة تأتي المسؤوليات الجديدة تجاه شريكة حياته وتجاه ولده. وأثناء كل هذا تتكون الأسرة المُحبة المتعاونة المتماسكة.**

ومن المفيد أن نذكر هنا أن الأب الجديد يحتاج لمساعدة أيضاً، فهو يحتاج إلى الشعور بالاطمئنان والثقة عند تواجده مع ولده الجديد. وقد يشعر

الأب ببعض الغيرة مما يتلقاه الطفل من رعاية زوجته. ولذلك **على الزوجة أن تنتبه لهذا فتعطي زوجها الانتباه المطلوب كالترحيب به فور وصوله إلى المنزل، وإعطائه وقتاً للحديث فيما يهمّه من أمور وقضايا**. وعليها كذلك أن لا تقوم بإبعاد الزوج عن ولده بحجة أن الرجال لا يقدرون على رعاية الأطفال وتقديم الخدمات لهم، وكأن الرجل لا يؤتمن على الطفل الصغير. وقد لا تنتبه الأم إلى أنها لا تفتح مجالاً لترك ولدها لرعاية أحد غيرها من الناس ولا حتى زوجها. ولا بد من مواجهة مثل هذه المشاعر والحديث فيها بين الزوجين. صحيح أن مثل هذه المواقف تصدر عن محبة الأم لولدها إلا أنها يجب ألا تترك نفسها لسيطرة مشاعر الخوف هذه، وإلا فهي تظلم كلاً من الزوج والولد معاً. فالطفل يحتاج لإقامة احتكاكات اجتماعية من أجل نمو واثق صحيّ سليم، وتشددها أو تملكها الشديد للولد يحرمه فرصة النمو الطبيعي السليم. وقد تكون هذه الملكية المفرطة سبباً في مشكلات كثيرة في قابلات السنين عندما تجد الأم صعوبات كثيرة في قبول فكرة أن الولد قد كبر ونضج وأصبح من حقه الاستقلال بنفسه في الحياة.

والشيء الطبيعي في الأشهر الأولى من حياة الطفل أن يعمل الزوجان معاً على تكوين أسرة محبّة ومقدّرة لمشاعر كل أفرادها واحتياجاتهم. ويحتاج كل من الأب والأم أن يشعر بمحبة الطرف الآخر، وكلاهما يحتاج للشعور بأن لكل منهما دوره ورأيه في رعاية الولد وحياة الأسرة كشريكين متكافئين متكاملين.

دور بقية أفراد الأسرة:

إن مما يسعد الإنسان في هذه الحياة أن يرى طفله محبوباً من قبل الآخرين وخاصة الأقرباء والأصدقاء. فمعظم الناس يحبون بطبعهم الطفل الصغير، ومعظمهم يحبون مشاركة الآخرين في بهجتهم بولدهم. ولكن على الأبوين أن يكونا على وعي وانتباه، فالأطفال يختلفون في طبائعهم ومزاجهم عند الاحتكاك بالآخرين والغرباء. فهناك من يظهر علامات الانزعاج وعدم السرور مع كل من يلاعبه من غير والديه، فتراه يبكي ويصرخ عندما يقترب منه أحد، مما قد يسبب الحرج للوالدين بسبب تصرف الولد وردود أفعاله. والقاعدة المفيدة هنا أن لا تحاول إكراه الولد على اللعب مع أحد، وإنما **حاول أن**

تتعرف على مزاج الولد وطبعه، فإذا كان ممن ينزعج من الآخرين فحاول أن لا تتسرع في تسليمه للآخرين، وإنما أعطه الوقت الكافي للتأقلم مع الناس من غير إكراه أو إجبار. ورويداً رويداً سيتعوّد الولد على وجود الناس، ومن ثم ستدفعه الرغبة بالاستطلاع للتعرف عليهم والاقتراب منهم. وقد يكون مما يُشعر بالحرج أن يتضايق الولد من أقربائه كالجد والجدة، وخاصة عندما يقتربون منه للمرة الأولى، ولكنه سيتعلم خلال وقت قصير أن له علاقة خاصة متميّزة مع هؤلاء الأقرباء الذين يحيطونه بالمحبة والرعاية.

ولكن أهمية الاحتكاك بالغرباء تبقى هامة حتى بالنسبة للطفل الذي لا يرتاح للآخرين. فالطفل الذي مُنع أو حُرم من مثل هذا الاحتكاك في صغره سيشعر بالقلق والاضطراب والخجل أكثر عندما يحتك بهم في كبره. ومن المفيد لنمو الطفل أن يقوم الأقرباء والأصدقاء بالزيارات الاجتماعية والأسرية، ويمكنك أن توضّح لأقربائك أنك غير متأكد بعد من قدرته على الاحتكاك بالآخرين، وأن يحاولوا أن يعطوه الوقت ليتأقلم مع الجو المحيط. صحيح أنه لا ينفع أن تهرع الأم لحمل الطفل في أول لحظة تظهر عليه علائم الانزعاج عندما يكون في يد ضيف غريب، ولكن في نفس الوقت يفضل عدم تركه على هذه الحال حتى يصل للانزعاج الشديد. ولنذكر أن تجارب الولد السلبية في المراحل الأولى من حياته تترك بصماتها على مزاجه وردود فعله لبعض الوقت، ليصبح بعد ذلك قلقاً مضطرباً عندما يتواجد مع الناس.

ومن الأمور المهمة في قضية دور الآخرين في رعاية الولد هي قضية التعامل مع «نصائح» الناس وإرشاداتهم. نعم يمكن للنصيحة أن تفيد إلا أن الولد ولدك، والمسؤولية مسؤوليتك، وما قد يناسب بعض الأولاد ليس بالضرورة أن يناسب كل الأولاد. وأفضل مساعدة يمكن للإنسان أن يقدِّرها هي التي تأتي من قبل الذين لهم سابق تجربة شخصية ناجحة في تربية الأولاد. وكذلك من الذين يخبرونك بالأمر عندما تستشيرهم ومن غير أن يشعرونك بأن هناك أخطاء فيك أو في ولدك عندما لا تأخذ بتنفيذ نصيحتهم ووجهة نظرهم. ومن المعتاد أن يكون هؤلاء ممن يحسنون الاستماع أيضاً، فهم يستمعون إليك بإصغاء وأنت تحاول أن تشرح لهم وجهة نظرك أو مشكلتك من غير أن يقاطعوك ليتحدثوا لك فقط عن أولادهم وتجاربهم وخبرتهم الطويلة الناجحة والمثمرة.

إنه لأمر معين ونافع أن يكون لك أقرباء جيّدون يسكنون بقربك حيث يقدمون لك المساعدة العملية والمعنوية. ولا شك أن هذا الدعم المعنوي والنفسي أمر مفيد جداً لأنك قد تتعرض لبعض القلق وانشغال البال وأنت تعمل على تنشئة ولدك. ولا شك ستمرّ بك عقبات وصعوبات يفيدك الحديث عنها لصديق أو قريب متفهّم. وكذلك هناك قيمة عظيمة للمساعدة العملية التي يمكن أن يقدمها هؤلاء كشراء بعض الحاجات من السوق، أو رعاية الولد لبعض الوقت ريثما تذهب لقضاء أمر ما. ولكن انتبه ألا تكثر على الآخرين من مثل هذه الخدمات فالناس، وكما يقول المثل: «لو سؤلوا التراب لملّوا». وهذا الدور المساعد من الأدوار التي يمكن أن يقوم بها بعض أفراد الأسرة الكبيرة والأقرباء.

ويفيد أن نذكر هنا أن من السهل على الإنسان أن ينتقد الآخرين، وأن يشعر أن باستطاعته القيام بعمل أفضل من عمل الناس، وأنه لو كان عنده أولاد الناس لدبّر أمورهم بشكل أفضل من آبائهم. **وتذكر أنه لا أحد يعرف ولدك كما تعرفه أنت، وما من أحد أكثر منك ارتباطاً عاطفياً بولدك،** فلا تضيّع وقتك في الجدال مع الذين يريدون أن يقولوا لك أنهم يعرفون ولدك أكثر منك، وأن يقولوا لك ما تفعل معه. يكفي أن تخبرهم وبشكل لطيف وحازم فيما إذا كنت تريد نصيحة منهم أو لا.

ومن يصعب التعامل معه أحياناً الجد والجدة، أي والدك ووالدتك لأنك دوماً في أعينهما صغيراً وغير قادر على القيام بواجب التربية من دونهما. ومن المفهوم أن يحاولا التأثير على حياتك وحياة ولدك، وقد تضطر أحياناً لإخبارهما بأن هذه الأسرة أسرتك مع زوجك، وأن مسؤولية تربية الولد هي مسؤوليتكما معاً. صحيح أنك تقدّر مساعدتهما وتأييدهما، **ولكن في نهاية المطاف فإن ولدك سيبقى ولدك ومسؤوليتك مع زوجك، وإنكما أنتما صاحبا القرار النهائي في حياته.**

الباب الثاني

جوانب النمو المختلفة

الفصل السادس	: فكرة الولد عن نفسه وانفعالاته.
الفصل السابع	: نمو الشخصية.
الفصل الثامن	: المزاج.
الفصل التاسع	: النمو العاطفي.
الفصل العاشر	: الاستمرارية ونمو الحب والثقة.
الفصل الحادي عشر	: نمو اللغة والكلام.
الفصل الثاني عشر	: نمو الذكاء.
الفصل الثالث عشر	: النمو الأخلاقي والديني.
الفصل الرابع عشر	: النمو الجنسي.
الفصل الخامس عشر	: النمو الاجتماعي وعلاقة الولد مع الآخرين.
الفصل السادس عشر	: الخوف.
الفصل السابع عشر	: اللعب.

فكرة الولد عن نفسه وانفعالاته

إن الولد في تعلم دائم مستمر، فمنذ أن يفتح عينيه في الصباح وحتى يغمضهما في الليل فإنه يتعلم عن الحياة والناس والعالم. وهو يتعلم عن الأشياء والجمادات وعن الأشخاص والأحياء. ولا يعرف الولد الصغير في السنتين الأوَّليتين إلا القليل عن والديه رغم أنهما يقدمان له كل ما يحتاجه من طعام وشراب ومتعة، هذا مع العلم أنه يستطيع طبعاً أن يميزهما عن الناس الآخرين. وهو يبدأ في السنة الثالثة بالتعرف الحقيقي على أمه وأبيه. فهو يتعرف على ما يسرّهما وما يغضبهما، ويتعرف على أعمال الأم اليومية في المنزل وطريقتها في التصرفات، وكيف تضحك وكيف تتفاعل وتلعب معه، وكيف تقرأ له الحكايات والقصص، والأصوات المضحكة التي تصدرها عند مداعبته، وكيف تتكلم معه، وكيف تقدمه لصديقاتها وأقربائها، وكيف تلاطفه وتطمئنه عندما يكون متضايقاً منزعجاً، وكيف تتركه ليلعب بالماء وهو في الحمام، وكيف تتصرف معه عندما يعبث بأدوات المطبخ أو عندما يلقي بعض طعامه على الأرض. وبنفس الأسلوب يتعرف الولد التعرف الحقيقي على كل من أمه وأبيه.

وسيقوم الولد أيضاً بمقارنة أمه وأبيه بالناس الآخرين في حياته. فهو سيقارن شعر أمه الأسود بشعر جدته الأبيض. وسيبدأ يلاحظ كيف أن والده يمرح ويضحك بينما يميل عمه إلى الجدية وقلة الضحك مثلاً. وسيلفت نظره كيف أن والده يقود السيارة في حين تجلس جدته في المقعد الخلفي. وسيتعلم من يضعه في سريره عند المساء، ومن يقرأ له الحكايات قبل النوم، وكذلك من يحمله صباحاً من سريره، ومن يأخذه معه إلى السوق لشراء الحاجات.

وبذلك يألف الولد والديه ويتعرّف عليهما عن قرب. ويعرف

خصائصهما وتصرفاتهما من يوم لآخر. ويبدأ يلاحظ أيّ تغير في سلوكهما أو مظهرهما أو أيّ تغيّر في الروتين اليومي للحياة المنزلية كأن يبقى والده في المنزل ولا يذهب لعمله بسبب مرضه مثلاً.

إن كل هذه التغيّرات تعتبر نقطة هامة في نمو الولد وتطوره، وفي بداية تعرفه الحقيقي على والديه. وبذلك يعرف كلًّا من أمه ومن أبيه كإنسان مستقل قائم بذاته. **وكلما شاركت ولدك في هذه المرحلة بالحديث والتجربة كلما تعرّف عليك بشكل أفضل وأكثر.**

ولكن تبقى من الأمور الهامة في هذا التعرّف والنمو أن يتعرّف الولد على نفسه هو بشكل صحيح سليم وليس مجرد التعرف على أمه وأبيه. وبذلك يدرك أنه هو أيضاً إنسان مستقل قائم بنفسه، له شخصيته وخصائصه وميزاته. فحتى هذه المرحلة لم يكن الولد يعرف عن نفسه إلا القليل من حاجاته الجسدية الأساسية كالشعور بالجوع والبرد والألم والبكاء والفرح والتعب..، إلا أنه لم تتكوّن عنده بعد فكرته عن نفسه، ومن هو. ويحدث هذا التعرف عادة ما بين السنة الثانية والثالثة حين يعرف أنه إنسان منفصل عن الآخرين، وقادر على التفكير والاختيار، ويستطيع اتخاذ قراره بنفسه، ويدرك أن له سيطرة على نفسه وسلوكه. وصحيح أنه لا يستطيع بعد الحديث عن هذا الأمر بكلمات وعبارات إلا أنه يبدأ يكوّن إحساساً بنفسه وبذاته.

والنقطة الهامة التي أريد أن أذكرها أن الكثير من إحساس الولد بنفسه وذاته إنما يأتيه من طريقة معاملتك له. صحيح أنه أخذ يدرك أنه إنسان مستقل عن الآخرين إلا أنه لا يعرف بعد طبيعة هذا الإنسان تماماً. **ولذلك إذا قلت له أنه «ولد جيد» وإذا أشعرته بمحبتك له وبأنه هامٌ في حياتك فإنه سيكوّن عن نفسه فكرة أنه مُكرّم وأن له شأن في هذه الحياة**، وكما يقول الله تعالى للإنسان: ﴿وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِيٓ ءَادَمَ﴾ [الإسراء: ٧٠]. وبالمقابل إذا كنت تقول له: إنه «سيئ أو غير جيّد» وإذا كنت عديم الصبر والعطف عليه، وإذا كنت لا تُشعره بالمحبة والرعاية العاطفية والجسدية فإنه سيفكر بأنه لا قيمة له ولا شأن، أو بأنه منبوذ وغير مرغوب فيه.

وإذا كوّن الولد عن نفسه صورة سلبية فقد تختلف ردود أفعاله لذلك وفق طبيعة مزاجه وانفعالاته. فهو إما أن يقبل بهذه الصورة السلبية، وبذلك

ينتهي إلى الحزن والكآبة وعدم السرور، وإما أن يحاول الدفاع عن نفسه رافضاً هذه الصورة السلبية، ويحاول المحافظة على كيانه بأن يفرض عليك أن تعطيه المزيد من الانتباه والرعاية. وقد تأخذ هذه المحاولة شكل العنف والعدوان وعدم التعاون والعصيان، وكأن لسان حاله يقول لك: «إنني إنسان مستقل، وأنا لن أطيع رغباتك لأؤكد لك هذا». وبالطبع سيعجز الولد عن التعبير عن هذا بالكلمات، ولذلك فهو يعصي رغباتك ليحظى منك بالانتباه الذي يحتاج للمحافظة على كيانه ووجوده، ويدفع عن نفسه الشعور بالمنبوذية. وهو بالطبع يريد أن يحافظ على صلته الحسنة معك، ويريد منك المحبة والتقدير، ويريد كذلك مساعدتك لتشعره بقيمته، إلا أنه مع الأسف لا يعرف كيف يحقق كل هذا، ولا يعرف كيف يحصل على العون والمساعدة.

ومن خلال هذا نلاحظ أهمية دور الآباء في تكوين صورة الولد عن نفسه. ولا يعني هذا أن عليك أن تشعر بالقلق والخوف كلما كلمت الولد بشيء من الحدّة والغضب، **ولن يكون هناك ضرر طالما أنك تحبّ ولدك وتُشعره بهذه المحبة، وتشعره كذلك بأنه هام في حياتك رغم أنك قد تكون معه حازماً من أجل مصلحته.** ولكن الأمر الهام أن تحسن اختيار الكلمات المناسبة للتعبير عن هذا الحزم، **فالكلمات أدوات قوية جداً.** فإذا قلت له: إنه سيئ أو كذاب، أو مزعج فإنه سيصدّقك ويكوّن هذا الانطباع عن نفسه. إنك بالنسبة للولد الصغير إنسان كبير يفهم كل شيء، ويعرف إجابة كل سؤال! وهو سيحاول أن يضيف هذه الكلمات التي تستعملها في وصفه إلى مفرداته وصفاته وعناصر شخصيته، وسيحملها في فكره وشعوره كما يحمل اسمه وعمره وأنه طويل أو قصير.. وتذكَّر أيضاً أن وصفك له بهذه الصفات لم يمنعه عن القيام بهذه الأعمال التي تراها عيباً فيه، فهو لم يصل بعد لمرحلة السيطرة الكاملة على سلوكه وأفعاله، وهو لذلك سيبدأ يشعر أنه إنسان غير حسن وغير محبوب.

ولكي تقتنع أكثر بصحة هذا الأمر فما عليك سوى أن تكتب قائمة بالكلمات التي تصفك شخصياً، فالغالب أنك ستبدأ بما يصف علاقاتك بالناس المقرّبين منك كالزوجة والوالدين ومن ثم تنتقل لعملك ومهنتك، وما يصف شكلك كأن تكون طويلاً أو نحيفاً، وبعد ذلك الصفات التي تعتقد

أنك تتحلى بها كاللطف والروح المرحة والحساسية، أو القدرات التعبيرية والذكائية.. وبعد أن تنتهي من هذه القائمة حاول أن تضيف إليها كلمات مثل «سيئ وكذاب وحقير..» فيا ترى كيف تشعر عندما تسمع هذه العبارات؟ ومع أنك تعلم أن هذه الكلمات غير صحيحة إلا أنها قد تؤثر فيك ولا تعينك على تكوين صورة حسنة عن نفسك. وتَذَكر أن الولد لا يستطيع أن يفرّق بين هذه الكلمات وبين الواقع كما تستطيع أنت، وأنه سيصدّق ما تقوله له كما يصدقك في الأمور الأخرى التي يسمعها منك.

وإذا تكلمت عن أمور لا تحبها منه فساعده ليفهم أن العيب ليس فيه كشخص، وحاول أن تلفت نظره إلى أن الخطأ في السلوك والتصرفات وليس فيه كإنسان. واستعمل عبارات من مثل: «لقد كان هذا الذي عملته اليوم عملاً غير حسن» بدل أن تقول: «إنك ولد غير حسن». وقل: «لقد كان تصرفك هذا مع أخيك قاسياً» بدل أن تقول: «إنك ولد قاس».

وقد يبدو الفرق طفيفاً بين الأمرين إلا أنه لا شك شديد التأثير على الولد خاصة. **ومهمتك أن تساعده على تقبّل نفسه كإنسان، ومن ثم ومن خلال هذا القبول للنفس سيبدأ الولد بالسيطرة على سلوكه وأفعاله.** وكلنا يشعر أحياناً بالغضب والقسوة، فهذه طبيعة البشر، إلا أننا لن نستفيد أبداً من محاولة رفض أنفسنا ووصمها بالشر والفساد. وعلينا بالمقابل أن نواجه هذه المشاعر الإنسانية، ونتعلم كيف نتعامل معها من غير أن نؤذي أو نجرح الآخرين من حولنا. ولن يتعلم الولد كل هذا في يوم وليلة، وإنما يمكنه أن يبدأ عملية التعلم هذه رويداً رويداً منطلقاً من قاعدة الحب والقبول لنفسه ليتعلم كيف يتعامل مع نفسه أولاً، ومع الآخرين ثانية. والقاعدة الذهبية هنا أن تقبَل الولد كما هو، وأن تساعده على تكوين الشعور الحسن والإيجابي عن نفسه. ومن ثم يمكنك العيش والتفاعل معه ليصبح إنساناً إيجابياً سعيداً مطمئناً في المجتمع، إنساناً قادراً على النظر في سلوكه وأفعاله، وعلى أن يحسن الاختيار الحكيم في حياته، وإنساناً يفهم نفسه ويحترمها كما يفهم ويحترم الآخرين. إنسان قادر على إقامة العلاقات الحميمة المخلصة معك الآن وفي المستقبل. **إن السبب الرئيس في حسن تربيتك لولدك وتنشأته أنك توفر له أفضل فرصة لحياة مفيدة وسعيدة، وأنت بهذا العمل تقدّم لنفسك أيضاً الكثير**

من المنفعة والفائدة. فكلنا يحب أن تكون له علاقات جيدة ناجحة وممتعة مع أولاده، وعلاقات يسعد بها كل من الآباء والأولاد معاً، وعلاقات تجعل من البيت مكان أمن وسكينة. وكلنا يرغب في أن يكون ولده متعاوناً متجاوباً مع والديه. إن هذه النوعية الحسنة من العلاقات تتطلب وقتاً وجهداً وتفكيراً وصبراً، إلا أنها توفر الكثير من المردود الحسن الوفير خلال السنوات المقبلة. وهي تجعل الآباء يستمتعون بفرصة العيش مع ولدهم وتنشأته وتربيته، وتجعل الولد يستمتع كذلك بطفولته وحياته مع والديه. **إن مساعدة الولد على رؤية نفسه كإنسان ذي قيمة، وعلى الشعور بالأمن والأمان، وعلى السعي لفهم سلوكه والسيطرة عليه، تعتبر من العناصر الأساسية المكوّنة للعلاقات الناجحة بين الولد ووالديه.**

التعامل مع غضب الولد

قد يكون الولد منهمكاً أحياناً في ألعابه بسرور فتأتي أمه لتقول له أنه حان وقت ارتداء الملابس والخروج إلى السوق لشراء حاجات المنزل، فإذا بالولد يمانع ويرفض أن يلبس للذهاب، فهو أكثر اهتماماً باللعبة التي بين يديه من الذهاب إلى السوق. ويبدأ كلاهما بالإلحاح والغضب، وقد تقول الأم بأن ولدها لا يطيعها ولا يتعاون معها!

وإذا حاولنا تحليل هذا المشهد فسنلاحظ أن الولد كان مسروراً بلعبه ولم يرد أن يقطع هذا اللعب. وأضف إلى ذلك ربما عدم رغبته في الذهاب إلى السوق. ولذلك فغضبه طبيعي ومفهوم. وكذلك بالنسبة إلى الأم، فأمامها مهمات وواجبات كثيرة خلال اليوم، وربما لم ترغب هي أيضاً بالذهاب إلى السوق اليوم، ولذلك فهي تغضب لعدم «تفهمه» لها وتعاونه معها. وهكذا يصطدم غضبه بغضبها، وينتهي الطرفان بالشعور بالانزعاج وعدم السرور.

ولا نستطيع أن نقول أن هناك من أخطأ في هذا الموقف، وإن كان هناك اختلاف بالمصالح والاهتمامات والمواقف. **ولا يفيد هنا أن يُشعَر الولد بأنه «مزعج وغير متعاون» لمجرد أنه شعر بالغضب لتركه اللعب والذهاب إلى السوق.** ويمكن للأم أن تقول له: «إني أعلم أنك غضبان، وأنا أيضاً أشعر بالغضب عندما لا أستطيع أن أفعل ما يحلو لي. ولكننا لا نستطيع دوماً أن نفعل فقط ما يحلو لنا، ولذلك فلنحاول معاً أن نستمتع ببعض الوقت ونحن نشتري حاجات المنزل».

وهذا لا يعني أن غضب الولد سيذهب بشكل سحري، وإنما على الأم أن تتابع تأكيدها أن عليه أن يفعل ما تطلبه منه، وهو سيدرك أنها تشعر بشعوره وأن هذه المشاعر أمر طبيعي ومفهوم. وهذا مما يساعده على تقبل هذه المشاعر من غير أن يشعر بالنقص، وهو بالتالي سيتعلم مع الوقت كيف يعيش مع مشاعره وردود أفعاله. وقد تنشأ المشكلات النفسية إذا أشعرت الأم ولدها بأنه من غير المقبول أن يشعر الإنسان بالانزعاج والغضب في مثل هذه المواقف، وإنها «لا تحبه» بسبب التعبير عما في نفسه من الغضب والانزعاج. إن كل إنسان قد يشعر أحياناً بالضيق والانزعاج ولذلك فإن الولد إما أن يشعر بالانزعاج ويصرّح بذلك ـ وربما ندم بعدها ـ أو أن يكبت مشاعره في نفسه مما قد يسيء إليه أكثر. إن المشاعر المكبوتة لا تذهب وتختفي كما قد يظن الإنسان وإنما تبقى تعتلج في صدر صاحبها، وإذا لم يعبّر الولد عن هذه المشاعر وينفّس عما في نفسه فقد يؤدي ذلك إلى مضاعفات نفسية وجسدية. فهو مثلاً قد يصبح شديد الكبت فلا يُظهر شيئاً من أحاسيسه، ويعيش دوماً وهو يشعر بالذنب من غير سبب واضح. وسيكون في حالة صراع داخلي دائم بين ما يشعر به من «طبيعته الجيدة» و«طبيعته السيئة». وقد ينمو ليكون إنساناً مشتت الشخصية، ضعيف الثقة بنفسه. وقد تكون هناك أيضاً مشكلات جسدية بسبب علاقة الحياة النفسية بالحياة البدنية. ومن هذه المظاهر التوتر وعدم القدرة على الاسترخاء، واضطراب الشهية للطعام، والضعف العام، وفقدان القدرة والحيوية وربما اضطراب النوم.

كيف تتصرف الأم مع غضب ولدها؟

يمرّ الولد عادة في مرحلة من السلبية وعدم التجاوب مع والديه منذ السنة الثالثة من عمره، وقد يعبّر عن مشاعره السلبية هذه بعبارات من مثل أن يقول وهو في حالة غضب: «أنا أكرهك..» و«لا أريد أن ألعب معك..» و«اذهبي عني.. لا أريدك..»، «أنت لا تحبّينني..» ولا شك أن الأم ستنزعج وتفاجأ من مثل هذه العبارات التي ستجرحها، وستجد صعوبة في تقبّل هذه المشاعر السلبية الرافضة. وقد تغضب الأم فتصيح بالولد: «ما هذا الكلام السيئ..» و«أنا لا أدري ماذا حصل لك..» و«كأنه دخلك شيطان...» وقد تهدده بأنه سيكبر ويصبح إنساناً سيئاً إذا لم يكفّ عن هذه المشاعر السلبية والكلام النابي.

ومن الطبيعي أن تتألم الأم لسماع هذه العبارات، ومن منّا لن يتألم من

مثل هذا؟! **ولكن لنذكر أن الولد الصغير لا يختار كلماته وعباراته بنفس الدقة والرعاية التي نبديها نحن الكبار عندما نتكلم**. ولا يدرك الولد أن كلمة «أكرهك» إذا قيلت بغضب فإنها ستكون جارحة ومؤلمة للأم. وربما كان الذي يعرفه أنه قد سمع أمه أو أباه مرة يقول: «آه.. أنا أكره الخروج إلى الطريق إذا كان الجو ماطراً..»، «أنا أكره أن أفعل كذا وكذا..».

وقد يستعمل كثير منا نحن الكبار عبارة «أكره» ونحن لا نقصد أكثر من أننا لا نحب أمراً، أو لا نستسيغه، إلا إذا قلناها بصوت مرتفع وفي حالة الغضب. فإذا قال الولد: إنه «يكره» أمه فقد تكون مجرد كلمة للتعبير عن غضبه تجاه أمه. ولا شك أن الولد لا يريد أن «يكره» أمه، ولا يريد أن يجرحها. وقد لا يدرك أصلاً في هذه السن المبكرة أن الأم يمكن أن تنجرح بسبب كلمات يتلفظها. وهو ببساطته يحاول التعبير عن انزعاجه وخيبة أمله بسبب منعه من ممارسة النشاط الذي يحب، أو بسبب حرمانه من أمر يريده.

إن انفعال الأم وغضبها بسبب هذه الكلمات سيُشعر الولد بأنه «سيئ»، وسيفهم أن الولد «الجيد» هو الذي يطيع والديه، ولا «يشعر» بالرغبة في عصيانهما، وقطعاً لا «يشعر» بالانزعاج والغضب مما يفعلان. ويفهم الولد أن عليه أن يكون مثل هذا «الولد الجيد»، إلا أنه يجد نفسه عاجزاً، مما يجعله يشكّ في حقه بأن يشعر بما تُمليه عليه الظروف والمواقف.

ومن المهم أن يُفتح للولد مجال التعبير عن مشاعره وأحاسيسه، وإلا فعندما تغضب الأم لكلامه وتقول له: «كيف تجرؤ على هذا الكلام معي يا ولد؟» فإنها بذلك تفقد فرصة ذهبية لبناء علاقة متينة مع ولدها في مقبلات الأيام. لأن الأم إذا أرادت أن تسيطر على ولدها فيما يشعر به وفيما لا يشعر به، وفيما يُسمح له أن يقول وما لا يُسمح له، فإن الولد سينشأ وهو لا يشعر بالراحة والاسترخاء عندما يكون مع والديه، وقد لا يشعر بالأمان في أن يقول لهما كل ما في نفسه، فقد تعلّم أن الكثير مما يشعر به ومما في نفسه لا يُسمح له بالتعبير عنه.

لا شك أن هناك من الآباء من لا يقبل أبداً أن يسمع من ولده مثل هذه العبارات، ويشعر بأن عليه أن يعلم الولد «حجمه» وكيف يحترم الكبار، وأن عليه أن يؤدبه لكي لا يقول إلا ما يريد الكبار أن يَسمعوه منه. ولكن يجب أن ننتبه إلى أنه سيكون لمثل هذا الموقف مضاعفاته في السنوات

القادمة. ويفضل عندما يقول الولد مثلاً: «أنا أكرهك..» و«أنا لا أريد الذهاب معك إلى السوق..» أن تقول له أمه مثلاً: «يبدو أنك منزعج وغضبان مني الآن، ولكن علينا أن نذهب إلى السوق لشراء الحاجات..».

وإذا صاح الولد: «أنا أريد أن تموتي..» يمكن للأم أن تقول: «هذه كلمة ليست حسنة يقولها الإنسان، فالإنسان عندما يموت فإنه يذهب ولا يعود أبداً، فمن يرعاك إذاً في غيابي؟ يبدو أنك غضبان الآن ولكن علينا أن نذهب إلى السوق..».

إن النمو العاطفي[1] من الأمور الهامة في حياة الإنسان، فالمشاعر والأحاسيس جزء هام من حياة الإنسان. فبالمشاعر يمكن أن نقول عن إنسان أنه فرح أو غير فرح في هذه الحياة. إن الإنسان الذي يكره نفسه ويشعر دوماً بالذنب أو القلق أو الخوف، وكذلك الإنسان الممتلئ بخيبة الأمل، والإنسان المحروم من فرصة التعبير عن مشاعره فإنه لن يستمتع بالحياة، وقد يَحرم أيضاً مَن حوله من مثل هذه المتعة. وعلى الآباء أن يهتموا بالجانب العاطفي للنمو كاهتمامهم بالجانب العقلي والذكائي والجسدي *(انظر فصل النمو العاطفي)*.

وهذا لا يعني طبعاً أن تصبح الأم متساهلة تترك الولد يفعل ما يشاء ويقول ما يريد، وإنما لا بد من وضع حدود واضحة فيما هو مسموح وما هو غير مسموح القيام به، مما له علاقة بمشاعره وأحاسيسه. **فمن حق الولد أن يعبّر عن عدم ارتياحه وغضبه بالبكاء والكلام. ولكن لا يسمح له بأن يعبّر عن هذا الغضب بضرب الآخرين وتكسير الأثاث، وإذا فعل هذا فلا بأس بأن يُمسك ويُمنع عن هذا العمل.** ولا يوجد مبرّر أن يُعرّض الآخرين للأذى لأنه غضبان أو منزعج. وإذا حدث وأظهر غضبه بكسر لعبة من ألعابه فعليه أن يُترك ليتعلم أن النتيجة أن يصبح بدون هذه اللعبة، لا أن يسارع الأهل لشراء لعبة جديدة بدل المكسورة! وإذا كسر الولد لعبة غيره من الأولاد فعلى الأم أن تحاول التعويض عنها، ولو رمزياً، بأخذ مبلغ من المال كان مخصصاً لشراء أمر ما لهذا الولد «فلا بد من أن ندفع للولد الآخر ثمن لعبته بعد أن كسرت». وهكذا يتعلم الولد مواجهة نتائج أعماله وسلوكه. ولا بأس

---

(١) راجع كتابي «الذكاء العاطفي والصحة العاطفية» المكتب الإسلامي الطبعة الثالثة ٢٠١٣.

أن تحذّر الأم ولدها وبشكل مسبق من أن اللعبة ستتحطم إذا قذف بها إلى الأرض، وإن كان في الغالب أن يحدث هذا الأمر بسرعة من غير أن يكون هناك وقت للتحذير. وسيتعلم الولد من خلال الوقت أنه لا بأس أن يشعر بالغضب، ولكنه إذا كسر اللعبة فالنتيجة الطبيعية أن يبقى بلعبة مكسّرة محطمة.

ويمكن للأم أن تحاول تعليم ولدها طرقاً أفضل للتعبير عن غضبه من دون تكسير الأثاث، كأن يحاول مثلاً القفز في المكان أو الدوران حول الغرفة أو التصفيق.. وبذلك يتحول الغضب إلى شيء مفيد من اللعب والنشاط.

عدم السعادة

ومن الانفعالات القوية التي على الولد تعلم كيفية العيش معها هي مشاعر الألم والانزعاج والإساءة. إن ردة الفعل الطبيعية عند الصغير في مواجهة الألم والانزعاج هو البكاء. فالبكاء متنفّس جيد للانفعالات، وكل إنسان يشعر ببعض الراحة بعد البكاء عقب مواجهة ما يؤذي أو يؤلم. ولكن عندما يقال للولد، وغالباً ما يحدث هذا عند الذكور، أن عليه أن لا يبكي، وأن هذا أمر معيب أو مخجل، فهو «رجل يجب أن لا يبكي، فالأولاد الكبار لا يبكون!» فسيتعلم الولد من خلال ذلك كيف يكبت مشاعره وانفعالاته، وكأنه لا وجود لها. صحيح أن الآباء لا يريدون لولدهم أن ينشأ سريع البكاء والانفعال لأقل سبب، ولا أن ينشأ ليلجأ إلى دموعه في تحقيق ما يريد، ولكن في ذات الوقت عليهم أن يساعدوه ليعبّر عن انفعالاته ومشاعره عندما يكون حقيقة منزعجاً أو متألماً من غير أن يشعر بالخجل أو الحرج من ذلك.

ومن عوامل النمو الصحي والمتوازن للشخصية أن يستطيع الولد البكاء أو الضحك بحسب متطلبات الظرف والموقف، من غير أن يشعر أن عليه أن يرفض وينكر هذه الانفعالات والمشاعر التي في أعماقه.

ومما يميّز الأولاد الصغار سرعة تقلب عواطفهم وانفعالاتهم بين الحزن والفرح، وبين الاكتئاب والغبطة. فقد يضحك الولد دقيقة ليبكي بعدها بقليل، ومن ثم يعود للضحك في وقت قصير. ولا يستطيع الولد، أو لم يتعلم بعد، أن يخفي مشاعره وانفعالاته، أو يغيّر طبيعتها كما يفعل الكبار. فإذا شعر الولد بخيبة الأمل فسيظهر ذلك عليه مباشرة، وإذا انفعل إثارة وسروراً فسيظهر ذلك عليه أيضاً مباشرة.

وقد يعلق الأهل: «أن هذا الأمر لا يستحق البكاء» ومع ذلك فلا شك في حقيقة انفعالات الولد وصدقها، وإن كانت غير مقنعة للكبار.

ولذلك من الأسلم للولد أن يشعر بخيبة الأمل أحياناً، وبعدم السرور أحياناً أخرى، ويُخرج ذلك من صدره ببعض البكاء بدل أن يحاول إخفاء كل ذلك وكبته. فالبكاء في عالم الأولاد صمام أمان فعّال في التعامل مع العواطف والانفعالات. وهناك ما يشير ـ وحتى عند الكبار ـ إلى أن الإنسان الذي يبكي عقب حدث أو إصابة تكون معاناته أقلّ من الذي يكبت مشاعره وعواطفه وكأن شيئاً لم يحدث. وينطبق هذا على الذكور كما ينطبق على الإناث. فإذا تألم الابن، أو الابنة، فهو في حاجة لبعض البكاء والضمّ من قبل أمه أو أبيه. ولكن لننتبه هنا إلى أن الولد قد يكتشف وبسرعة بأنه يستطيع استعمال دموعه كوسيلة لتحقيق مآربه ورغباته، وللتلاعب بعواطف وإرادة والديه، للحصول على ما يريد من أشياء مادية أو معنوية كالعطف والانتباه.

والأهل هم أدرى الناس بولدهم، ويستطيعون في الغالب التفريق بين الألم والانزعاج الصادق الأصلي وبين البكاء المصطنع. ومع ذلك فلا مبرر إلى لوم الولد لاستعمال وسيلة التظاهر بالألم والبكاء، فكلنا يحب أن يكتشف طرقاً فعالة لتحقيق رغباته. ويمكن للأهل أن يشيروا إليه في حال التظاهر بالبكاء بأن هذه الوسيلة لن تجدي في تحصيل ما يريد. والأفضل أن لا يُعلم الولد هذه الوسيلة للضغط على والديه لأنه قريباً سيحاول ذات الوسيلة للضغط على الآخرين. ويُنصح الأهل بعدم الاستجابة لضغط الدموع والبكاء بحجة «إنه ولد صغير لا يعرف» لأننا بذلك نعلّم الولد من حيث لا ندري الشعور بحالة العجز والضعف من أجل الحصول على عطف الآخرين، بدل أن نعلّمه الاعتماد على نفسه وتكوين صفاته ومميزاته الشخصية والنفسية. فالولد الذي يتعلم الحصول على ما يريد من خلال التظاهر بالضعف والعجز سيبقى يعتمد على الآخرين طوال حياته، سواء كان ذلك زوجة أو زميل عمل أو قريب. ولا شك أنه في يوم من الأيام لن يجد من يستجيب لمثل هذه الضغوط، وسيشعر عندها بتنكر الناس له، وأنهم لا يحبونه ولا يمدّون إليه يد المساعدة.

حاول أن تشجع في ولدك القدرة بدل العجز، والعمل بدل التواكل. نعم، ربما يبكي الولد في أول الأمر بعد حدوث ما لا يسرّ، ولكن لا بد بعدها من الحزم والتصميم على عمل ما يجب القيام به بشكل واقعي مقتدر كفءٍ.

ولا بد طبعاً لكل ولد من تعلّم أنه لا يمكن المرور في درب هذه الحياة من غير أن يشعر بالحزن أو الألم أو خيبة الأمل. فأن نبكي ونجد التشجيع والتأييد. . كلها أمور هامة في فهمنا وتكيفنا مع الحياة، إلا أن علينا من خلال الوقت أن نفهم الأحداث الجارية، ونحاول أن نفسرها آخذين بعين الاعتبار احتمالات عدم النجاح والفشل في بعض الحالات، ومن غير أن ندمن على مواجهة التحديات دوماً بالبكاء والضعف والعجز. وكلما كبر الولد فسيواجه مواقف يدرك فيها أنه لا يستطيع دوماً أن يحقق ما يريد أو يرغب فيه، وأن عليه أحياناً أن يتعلم كيف يعيش ويتكيف مع الأمور كما هي من غير أن يستطيع تغييرها بشكل سحري أو خارق للعادة، كما كان يحلم في صغره وطفولته.

وبعد أن يصاب الولد بخيبة أمل، وبعد أن يتلقى بعض المساعدة والتشجيع فإن عليه أن يعرف أن الحياة ستتابع السير، وأن عليه أن يتابع درب الحياة. ويتعلم معظم الأولاد هذا الأمر بسرعة وخاصة لأنهم يعيشون دوماً عالم الساعة الآن التي هم فيها وليس الماضي أو التاريخ. ومما يساعد على هذا التعلم أن يعرف الولد أيضاً أنه إذا واجه صعوبات وأزمات فمن الطبيعي عندها أن ينزعج ويحزن ويبكي، وأنه سيلقى الرعاية والتشجيع من قبل الآخرين الذين يقدّرون عواطفه وانفعالاته، وأنه لا بد بعد ذلك من تجاوز ما حدث والاستمرار في الدرب.

نقطة أخيرة في قضية الانفعالات:

إذا كان لك أكثر من ولد واحد فلا تتوقع أن تكون انفعالاتهم وعواطفهم واحدة متماثلة، فالأمزجة تختلف بين الناس. فما يزعج الواحد قد لا يزعج الآخر، وما يثير الثاني قد لا يحرك ساكناً عند الآخر، وهكذا. فبعض الأولاد يحسّون بالأمر بشكل أعمق من غيرهم. ولنذكر أن الولد لا يختار بنفسه كيف سيكون مزاجه وانفعالاته، فمن غير العدل أن نتوقع منه أن يكون مثل أخيه أو أخته. وعليك أن تُشعر الولد بصبرك معه وتفهّمك لانفعالاته وما يزعجه وما يثيره، وكذلك شعورك بحاجاته. أظهر له أنك حقيقة تشعر بما يشعر، ولكن في نفس الوقت أن عليه أن يقوم بدوره في التكيف مع مشاعره وانفعالاته.

والنقطة الثانية، **أن انفعالات الولد قد تختلف من وقت لآخر خلال اليوم الواحد. والغالب أن يكون أصعب وأسرع انزعاجاً في آخر النهار عندما يكون**

متعباً. ولكن هناك بعض الأولاد الذين ليسوا في أحسن حالاتهم عند الصباح بعد الاستيقاظ. ومنهم من هو في مزاج سيئ وعصبية قبيل وجبة الطعام مثلاً. فهناك عوامل متعددة قد تؤثر في كل هذه الحالات، ومنها نسبة سكر الدم بين الصباح والمساء وقبيل وجبات الطعام. والغالب أن يكون هذا التبدل في المزاج يعود لنمط حياة الولد ونظامه اليومي. فكلنا لنا دورة حياة على امتداد الأربع والعشرين ساعة. وتتدخل هذه الدورة في كيفية شعورنا بين الصباح والمساء، ومتى نشعر بالطاقة والحيوية، ومتى نشعر بالتعب والميل للراحة.

وتتغير دورة الحياة اليومية هذه عند الولد مع نموه وكبر سنّه ولكن ببطء. ويمكن للأهل أن يتعرّفوا على مزاج ولدهم ويقدروا كيفية التعايش معه بالشكل الأنسب.

ولنذكر أننا نحن الكبار لنا أيضاً انفعالاتنا ومشاعرنا. فهناك أوقات نشعر فيها بالانزعاج والانفعال مع أولادنا أكثر من أوقات أخرى. وعلينا أن نتعرف على هذه الأوقات، ونحكم التصرف معها من غير أن نزيد في مشكلة انفعالات الولد ومزاجه، ومن غير أن نزعج أنفسنا ونوتر أعصابنا من أجل أمر صغير أو تافه. ويمكننا أن ننزع فتيل الكثير من المواقف المزعجة والمتعبة من خلال معرفة مزاجنا ومزاج الولد، وانفعالاتنا وانفعالاته، بحيث نتجنّب الأوقات والمواقف الحرجة. وبدل أن تنفجر الأم على الولد في أوقات الانزعاج هذه يمكنها أن تقول له وببساطة: إنها الآن متعبة، أو أن يومها كان مليئاً بالأعمال والمسؤوليات. ويتجاوب الأولاد الصغار عادة وبشكل فعّال مع مثل هذا الطلب، ولعدة دقائق على الأقل. ويمكن للأم أن تقول له: إنها ليست في مزاج مريح الآن، وبذلك تساعده على تفهم أن أمه أيضاً بشر، لها انفعالاتها وعواطفها ومزاجها. ويفتح لها هذا المجال لتقول للولد: «عفواً، يبدو أني انفعلت معك، فكلنا يمكن أن يشعر بالانفعال عندما نكون في تعب آخر النهار».

ولنذكر أن الولد يتعلم الكثير عن انفعالاته من غير أن يظهر كل ذلك في سلوكه اليومي، وأن كثيراً مما يتعلمه قد لا تظهر آثاره فوراً، وإنما قد تتأخر أسابيع أو أشهر أو حتى سنوات. وأنه سيكون للآباء دور كبير في هذا التعلم الذي ستظهر آثاره في المستقبل، فما تزرعه الآن مع ولدك ستحصده في السنوات القادمة.

نمو الشخصية

إن من الأمور الهامة التي تتأصل في شخصية الولد في السنوات الخمس الأولى من عمره أولاً مفهوم الثقة بشكل عام، سواء الثقة بالآخرين أو بالدنيا من حوله، وثانياً نمو مفهومه عن هويته الذاتية. ومن الأمور الأساسية التي تنمو بين سن الخامسة والحادية عشرة فأولاً مفهوم المبادرات الذاتية، وثانياً الشعور بالقدرة والكفاءة والثقة بالنفس.

المبادرة:

إذا ربّي الولد أن عليه أن «ينجح» دوماً من أول محاولة في أي عمل يقوم به فإنه سيصبح شديد الحذر والتردد، وضعيف القدرة على تحمل المسؤولية والمبادرة في الأعمال خشية الوقوع في الخطأ وعدم النجاح. ولا تخفى علينا أهمية المبادرة في الإبداع والنجاح في مستقبل حياة الإنسان. ولا يفيد أبداً أن يُعلم الولد روح المبادرة بمجرد الكلام معه عنها، وإنما يحتاج لفرص ومناسبات يستخدم فيها المبادرة في واقع الحياة. فإذا كنت مثلاً تقوم معه بعمل ما فاجعله يكون شريكك الكامل في هذا العمل، بل حتى افتح له المجال قدر الإمكان ليقود ويتحمل مسؤولية هذا العمل، وكن أنت المساعد له.

فإذا زاركم بعض الأصدقاء فاتركه يتحدث معهم عن نفسه ولا تقوم أنت بهذا الدور نيابة عنه، ولا تقوم بدفعه ليقول لهم ما تريد أنت أن يسمعوه. وإذا كان معه بعض المال كمصروف الجيب فارشده إلى كيفية الصرف الحكيم، وإنما اترك له حرية الخيار وقرار ما يشتري. واترك له يقرر كيف يرتب غرفته، وافتح له المجال ليقول رأيه فيما يدور في المنزل والأسرة من قضايا وأمور.

احترام خصوصيات الولد:

ومع نمو المبادرة هذه لا بد أن تفسح له مجالاً لخصوصياته وحياته

الخاصة، وهي حاجة طبيعية تبدأ بالظهور عند الولد في السنة السادسة تقريباً، حيث يحب أن تكون له في حياته أموراً خاصة به، كأن يرغب أحياناً بالانعزال بنفسه للراحة أو التفكير، ويرغب بتحديد متى يختلط بالآخرين. وحتى لو كان الولد يشارك غيره من إخوته غرفة النوم فإنه يرغب بأن تكون له زاوية خاصة في الغرفة بحيث يعتبرها زاويته ومكانه المخصص عندما يريد أن يجلس بهدوء بنفسه. ولا بد أن يتشارك كل من ينام في هذه الغرفة في طريقة توزيع وترتيب هذه الغرفة. ويمكنك أن تساعدهم أيضاً على وضع بعض القواعد والضوابط لحياتهم المشتركة داخل هذه الغرفة بحيث يكون هذا أدعى للانسجام والتفاهم. ومثال هذه القواعد قضية الأصوات والضوضاء في الغرفة كصوت المذياع والمسجلة، وقضية الإنارة ومتى يُطفأ الضوء مساء، ومتى تُفتح الستائر في الصباح، وقضية الطعام في هذه الغرفة...

ولا شك أن يحاول الأولاد إغاظة بعضهم بعضاً بعدم اتباع هذه القواعد أحياناً، إلا أنها تبقى مرحلة تربوية مفيدة ومساعدة على حلّ المشكلات إذا دُعيت لفضّ النزاع بينهم. **وقد وُجد أن احتمال النزاع أقل بشكل عام عند الذين لديهم قواعد وضوابط من الذين يعيشون «كل يفعل ما يحلو له»**.

وسواء كان للولد غرفته الخاصة أم اشترك مع غيره فيها فإن المهم أن تُلبي حاجته النفسية لامتلاك بعض الخصوصيات، وأن يكون له قول ورأي في ترتيب أثاث الغرفة ـ ضمن الحدود المعقولة ـ وماذا يُعلق على الجدار من لوحات، ولون الغرفة والستائر. والمهم هنا أيضاً أن يتعلم الولد العيش مع الاختيار الذي اختاره والذي رآه بنفسه. وإذا قال بعد فترة أنه قد أخطأ في الاختيار والقرار فهذا لا يعني أبداً أن تسرع من جديد للاستجابة لطلبه الجديد ورغبته الجديدة. إن عليه أن يتعلم أن له رأي واختيار إلا أن عليه في ذات الوقت أن يتحمل تبعة هذا الرأي وهذا الاختيار. إن الحرية تحمل في طيّاتها مسؤولية مواجهة القرار والاختيار، وبذلك يتعلم الولد أن يفكر ويشاور ويخطط قبل أن يقدم على اتخاذ القرار.

ومن الطبيعي أن نتوقع أن فتح المجال للولد ليمارس مبادراته واستقلاله سوف يسبب أحياناً بعض المشكلات حيث قد تختلف وجهات النظر بينه وبينك، وقد تضطر أحياناً للتدخل وإلغاء اختيار الولد. ولكن حاول عندما تضطر

لفعل هذا أن تريه كيف أنك تحترم رأيه ووجهة نظره بالاستماع إليه، واشرح له لماذا ترى أن اختياره غير عملي أو غير مناسب، ولماذا اضطررت للتدخل. ويفيد هنا استعمال عبارات بسيطة مثال: «نعم فهمت وجهة نظرك، ولكن فكر معي ماذا سيحدث لو أن كذا. .» أو «إن اختيارك جيد، ويمكن أن نجرّبه في مرة قادمة، ولكن علينا الآن اختيار غيره بسبب. .».

فمثل هذه العبارات تطمئن الولد إلى أنك حقيقة تحترم رأيه ومبادرته ويهمّك أن تراه يحسن استخدام هذه المبادرة.

وعليك أن تفكر كيف تستجيب لمبادراته منذ صغره، فقد يصرّ الولد مثلاً على إعطاء صديقك قطعة نقود عندما يزوركم هذا الصديق يوم العيد ظناً من الولد أنه يقدم هدية العيد لهذا الصديق، وقد تشعر بالحرج أمام الصديق وتقول للولد: إن صديقك لا يحتاج لهذه الهدية، أو قد تغضب وتوبخ الولد على معاملة الكبار بهذا الشكل. ولذلك قد نجد أن الولد قد أصبح بسبب ردة الفعل هذه قليل الرغبة بالمبادرة وخاصة مع هذا الصديق، وقد يتجنب اللقاء به في المستقبل.

والقاعدة الهامة هنا أن تطري الولد أولاً وتشجعه على «فكرته» ومبادرته ولطفه قبل القيام بردود الفعل تجاه هذه المبادرة. ويمكنك أن تقول مثلاً: «هذه فكرة لطيفة وحسنة» أو «أتمنى لو أني فكرت بهذا الأمر منذ زمن». ولا ننسى أن الولد الصغير عادة لا يبالي فيما إذا قُبلت هديته أو لا، وإنما المهم عنده ردود فعل الكبار من حوله على المبادرة. وقد لا ينتبه الولد أن صديقك لم يأخذ هديته إلا أنه لن ينسى كيف كانت ردة فعلك وفعل صديقك.

الشعور بالقدرة والكفاءة:

وهي من الأمور الهامة في نمو الأولاد، ولذلك **فعليك أن تساعد ولدك على الشعور بهذه الكفاءة والقدرة من خلال تقديم التشجيع والمساعدة على القيام بمهماته التعليمية**، ومن خلال مساعدته على تنمية مهاراته في الكتابة والقراءة والحساب، ومساعدته على تحصيل المعلومات العامة بحيث تكون اطلاعاته لا بأس بها تمكّنه من الحديث وإجابة تساؤلات معلمته. **ويمكن تحقيق الكثير من هذا عن طريق اصطحابه معك إلى زيارة الأماكن التعليمية كالمكتبات والمتاحف والمعارض، وكذلك عن طريق تأمين الكتب والمراجع المناسبة داخل المنزل،**

وإجابة تساؤلاته بشكل مناسب، وطرح الأسئلة والاستفسارات عليه. وإذا كنت أنت أيضاً توّاقاً للمعرفة والاطلاع، ومتنوع الاهتمامات فسيتأثر بك ولدك بشكل طبيعي من خلال مصاحبتك والجلوس معك والاستماع لحديثك ورؤية ما تصنع.

ومن الأمور الهامة في نمو القدرة والكفاءة أن تشجّع الولد على التفكير الإيجابي عن نفسه بشكل متوازن بين التوقعات غير الواقعية المبالغ فيها من جهة وبين الشعور بالعجز والضعف عن القيام بما يقوم به غيره من الأولاد من جهة ثانية. وحاول أن تثير انتباهه إلى إنجازاته ونجاحاته بدل أن تركز كل الاهتمام على فشله وإخفاقاته. وأشعره أنك تثق به وبإمكاناته، وعلّمه أن هناك دوماً طرقاً متوفرة لمعالجة وتدبير الصعوبات والعقبات. وحاول أن تكرر تلقينه أن مما يفيد في أي مشكلة أن يتحلى الإنسان بالمثابرة والعزيمة والدافع القوي للإنجاز والنجاح. ولا تيأس أنت أو تجعله فاتر الهمة والعزيمة بسبب بعض الأخطاء، فليس هناك إنسان كامل. وأره أن أهم من الإنجازات بحد ذاتها هو ما نقدمه من جهد لتحقيق هذه الإنجازات. هذا بالإضافة إلى المتعة والبهجة التي يشعر بها الإنسان وهو على طريق الوصول إلى الإنجاز النهائي.

وأره قبل كل شيء كيف أنه إنسان متميّز له ذاتيته وصفاته الخاصة، وله هويته المستقلة. وأن الكفاءة والقدرة تأتي من شعوره العميق بهذه الذاتية وهذا التفرد، ومن الشجاعة ليكون هذا الإنسان المتميّز. وكثيراً ما يسمع الواحد منا الولد وهو يشتكي من أنه كلما حاول أن يقوم بعمل ما فإنه يجد من هو أفضل منه في القيام بهذا العمل. ويمكن للإنسان أن يجيب على مثل هذا الولد «وهكذا الحياة.. وفوق كل ذي علم عليم.. ولكن هناك شيء أنت أفضل فيه من أي إنسان آخر، وهو أن تكون نفسك أنت محمد أو سعاد أو حسان..».

ويفيد أن تقول أيضاً للولد أن لا يحاول باستمرار مقارنة نفسه بالآخرين، فكل واحد له حياته وصفاته وفرصه الخاصة به. وأن يحاول أن يتعرف على هويته وخصائصه وما يحب وما لا يحب، وما يستطيع عمله وما لا يستطيع، وما هو هام له في حياته ويرغب في تحقيقه. **وأن تشرح له كيف أنه إنسان قائم بحد ذاته يحمل هويته وخصائصه، ويشعر بمشاعره وأفكاره وسمعه وبصره.. وأن عليه أن يُنمّي إيجابياته ويتدارك نقاط ضعفه**.

ويمكن أن نبدأ في هذا التعليم مع الولد في أي مرحلة من مراحل

حياته وحتى ولو كان صغيراً جداً، ولكن تعظم الحاجة وتزداد عندما يصل لسن بداية المدرسة حيث يبدأ يختلط بالأولاد الآخرين، ويأخذ بمقارنة نفسه بهم بشكل مستمر.

وهناك من الناس من يصرّح للأخصائي النفسي فيقول بأنه رغم نجاحه الخارجي في دراسته وعمله المهني وغيره، إلا أنه لا يشعر في أعماق نفسه بقيمته الذاتية الداخلية، وأنه قد لا يقدّر نفسه البشرية وقيمته كإنسان مكرّم في هذه الحياة. وكثيراً ما تعود مثل هذه المشاعر السلبية إلى الفترة المبكرة من طفولة الإنسان عندما لا يستطيع أن يحوز على رضا والديه أو معلمته مهما حاول أو أنجز من الأعمال، وأنه لم يستطع أن ينجز كإنجاز أصدقائه وإخوته. وهذا ما قد يكون قد أثّر على نموه وتطوره بحيث فقد سعادة الطفولة وبهجتها.

وبالمقابل فإن هناك الإنسان الذي وإن لم يشعر بإنجازات كبيرة في حياته إلا أنه يشعر بالارتياح مع نفسه والرضا عن ذاته وأفكاره. وهو لا يحاول أن يدّعي أنه إنسان آخر، ولا يقضي معظم وقته وحياته يحاول منافسة الآخرين وتقليدهم. إنه ببساطة لا يريد أن يكون إلا نفسه وذاته. ولأنه غير مصاب بالاضطراب والقلق وانشغال البال عن نفسه فعنده من الوقت والجهد الشيء الكافي ليقضيه في أمور أكثر إيجابية من مجرد الحديث مع النفس وأحلام اليقظة. وبمقدوره الانفتاح على الآخرين، وأن يكون معطاءً مشاركاً لا أنانياً شحيحاً. فمثل هذا الإنسان قد تعلم الدرس الحقيقي للشعور بالقدرة والكفاءة، وهو أن الكفاءة الحقيقية تعني أولاً النجاح بإنسانية الإنسان من خلال قدرته على التعاون مع الآخرين. ولذلك فهذا الإنسان يشعر باستقلاليته وحريته وقدرته على الحكم على الأشياء.

احترام الذات:

إن الولد الذي ينشأ في أسرة تقدم لأفرادها التشجيع، ويقدَّر فيها الولد كإنسان مكرّم فإنه سيتعلم الثقة بنفسه وبالآخرين، ومن ثم سيتعلم روح المبادرة والشعور بالكفاءة، وبذلك يكون قد تعلم أمراً جوهرياً هاماً في نمو الشخصية وتطورها ألا وهو قبول الذات واحترامها. ونعني باحترام الذات القدرة على قبول الإنسان نفسه وتقديره لهذه النفس. ولا نقصد مجرد الرضا والغرور أو أن يشعر بأنه أفضل من غيره، وإنما ببساطة أن يشعر بقيمته كفرد وكإنسان.

وموضوع احترام الذات من المواضيع الهامة في تطور الشخصية والصحة النفسية للإنسان. ولذلك أجريت عليه دراسات نفسية متعددة. ومن جملة نتائج هذه الدراسات وفيما يتعلق بالآباء والتربية فأولاً موضوع القدرات التي تحلى بها الولد الذي عنده قبول لنفسه. وثانياً فيما يتعلق بالممارسات داخل المنزل والتي تساعد على إيجاد قبول النفس هذا واحترامها.

فأولاً، إن الولد الذي عنده قدر جيد من القبول لذاته فإنه يغلب أن يكون واثقاً من نفسه وودوداً ومحبّاً للآخرين. فتراه يختلط بالآخرين بيسر ويشاركهم أعمالهم بسهولة، ويظهر استقلاليته ومبادراته الخاصة. وهو غير مضطرب بالخجل، ولا يعوّل كثيراً جداً على رأي الآخرين فيه، وعنده نظرة موضوعية واقعية لقدراته وأهدافه في الحياة وفرصة طيبة مناسبة لتحقيق هذه الأهداف والمقاصد.

بينما يميل الولد المصاب بضعف القدرة على قبول ذاته واحترامها إلى الخوف والتردد، والغالب أن يكون حزيناً منعزلاً عن الآخرين. فتجده قلقاً جداً من إمكانية الإخفاق والخوف من فقدان دعم الآخرين. وهو متحرّق دوماً لتحقيق رضا الآخرين وتقديرهم، وقد لا يستطيع إلا أن يجاري من حوله، ويميل إلى الخجل، ويتردد في مشاركة الناس. وإذا شاركهم فهو يفعل ذلك لمجرد إرضاء الآخرين وليس لمتعته ورغبته الذاتية. والغالب أن يكون ضعيف الحكم على قدراته، وقد ينقص كثيراً من إمكاناته الذاتية أو يبالغ كثيراً في قيمتها بشكل غير واقعي. ولذلك فهو يضع لنفسه أهدافاً غير واقعية يصعب تحقيقها وبذلك يكون قد ظلم نفسه وأثقل عليها. إن خوفه من الإخفاق وأثره على احترامه لنفسه يدفعه إلى إصدار الأعذار لنفسه ليبرّر عدم قيامه بالمطلوب وحتى قبل أن يحاول القيام بالعمل بدل أن يجرّب ويحاول. وإذا قام بالعمل وفشل فعلى عكس الولد الواثق من نفسه، فإنه يفضل قبول هذه النتيجة والرضا بها، ولا رغبة عنده ولا حماس لإعادة المحاولة وتصحيح الأمر.

ولا ينطبق هذا الوصف بالطبع على معظم الأولاد، فالغالبية منهم تقع بين هذين الوصفين. وأحياناً يتراوح الولد بينهما على حسب الظروف والأحوال. فقد نجد الولد واثقاً من نفسه عندما يقوم بعمل يتقنه، بينما ضعيف الثقة بنفسه أمام أمر جديد غير مضمون لا يعلم عنه الكثير.

وغالباً ما يكون عند الفتيات نسبة أعلى من ضعف الثقة بالنفس ليس لأمر خاص بالأنثى وإنما بسبب الوضع الاجتماعي الذي توضع فيه المرأة بشكل عام داخل المجتمع، ولكن يبقى الأمر قابلاً للتغيير من خلال انتشار الوعي والمعرفة.

إن كثيراً من الأولاد الذين عندهم اضطراب في السلوك بشكل الجنوح والعنف والعدوان نجد عندهم مستوى متدنياً لقبول الذات واحترامها، وإهمالاً لأنفسهم بحيث يستعملون الوسائل العنيفة واللااجتماعية كطريقة للتعبير عن عدوانيتهم تجاه المجتمع الذي لا يقدّرهم ولا يساعدهم على احترام أنفسهم.

وأريد أن أذكر هنا قاعدة هامة في فهم سلوك الإنسان سواء كان ولداً أو كهلاً، ألا وهي أننا **يجب أن لا نقتصر بالنظر إلى السلوك مجرداً عما حوله**. فإذا كان هناك إنسان يتصرف بعدوانية فهذا لا يجعل منه «عدواني الشخصية». فعدوانيته قد تكون مجرد وسيلة لإخفاء شعوره بقلة الاحترام والقيمة لنفسه. وكذلك الإنسان المغرور بنفسه، فقد يخفي وراء غروره شعوراً عميقاً بعدم الأمن والاستقرار. بينما الإنسان الواثق من نفسه حقيقة والمحترم لذاته قد لا يشعر بالحاجة إلى هذا الأسلوب من التعامل، فهو يدرك قيمته ولا يحتاج لرفع قيمته عند الآخرين. وهو يعلم أن هناك ما يستطيع فعله، وهناك ما لا يستطيع القيام به، وهو لا يبالغ بالفرح فيما أنجز، ولا يقعده الحزن فيما لم يحقق ﴿لِّكَيْلَا تَأْسَوْاْ عَلَىٰ مَا فَاتَكُمْ وَلَا تَفْرَحُواْ بِمَآ ءَاتَىٰكُمْ﴾ [الحديد: ٢٣] ويعلم أن قيمته لا تأتي من إنجاز واحد أو إخفاق واحد.

وهذا لا يعني بالضرورة أن كل إنسان عنده ضعف الثقة بالنفس أنه سيعوّض عن هذا بالعدوانية أو الغرور، ولكن هناك من يسعى طوال عمره ليعيش على وهم صورة خيالية عن نفسه، أو يعيش حياته مع عقدة الذنب أنه لم يحقق ما يتوقعه الناس منه. ولا شك أنه أمر محزن أن هناك مثل هذه النماذج، ولذلك يجب أن نكون على وضوح من العوامل الأسرية والمنزلية والتي لها تأثير على مستوى احترام الذات والشعور بقيمتها.

وأذكر هنا **ميّزات الأسرة التي تربّي في ولدها احترام الذات والثقة بالنفس:**

- **يتلقى الولد الحب غير المشروط من والديه**، وهو يشعر بهذا الحب بالكلمات والسلوك.

- **لا يهدِّد الولد أبداً بسحب هذا الحب** منه مهما فعل، فالمحبة لا يُساوم عليها في هذه الأسرة.
- الأسرة التي **تساعد الولد على قبول عواطفه وانفعالاته ومشاعره** كما هي.
- **هناك حديث دائم في الأسرة حول ما يهم هذه الأسرة** من قرارات.
- **يُدعى كل فرد للإبداء برأيه ووجهة نظره** حيث يُستمع له بعناية واهتمام.
- **يعرف الوالدان رغبات الولد** وما يحب وما يكره.
- **يشارك الوالدان تجاربهما** وأحداث حياتهما مع الأولاد.
- **يسمع الوالدان لما يريد الولد** أن يقوله عن مدرسته أو نشاطاته الأخرى.
- **يحترم الوالدان خصوصيات الولد،** ويعطونه وقتاً ومكاناً خاصاً به.
- **يعرف الوالدان طبيعة الولد وشخصيته.**
- **يشعر الولد أنه إنسان هام** بالنسبة لأمه وأبيه.
- القواعد والقيم والضوابط المنزلية واضحة في هذه الأسرة، وهناك مثابرة عليها.
- **الكل يعرف ويفهم هذه القواعد المنزلية،** ويقول رأيه فيها.
- **يعرف الولد علاقته بوالديه** ومسؤوليته أمامهما.
- **يعرف الولد بوضوح ما هو السلوك المقبول، وما هو غير المقبول** في الأسرة.
- **يعامل الوالدان ولدهما بموضوعية وعدل واحترام.**
- **لا يُحرج الإنسان ويُنقص من قدرته وقيمته، ولا يُستهزأ به وبآرائه.**
- **لا يُستعمل مع الولد عبارات الإهانة والنقص من القدر** «أنت أحمق أو سخيف أو مجنون أو كذاب..».
- **لا يُعارض الولد في التعبير عن مشاعره وأحاسيسه.** فإذا قال مرة وهو في غضب: إنه «لا يحب مدرسته» فلا تنفعل وتخبره بأن «هذا غير صحيح» فقد تختلط عليه الأمور فلا يعود يعرف ما يحب وما لا يحب.
- **هناك الكثير من العطف مع التماس والملاعبة.** فمثل هذا التماس لا ينقل فقط التعبير عن المحبة، إنما يعبر أيضاً عن اللطف وقبول الولد كما هو، وخاصة إن كان عند الولد عاهة جسدية.

- تشير الدراسات إلى أن احترام النفس والشعور بقيمتها لا يترافق بالضرورة مع ارتفاع الذكاء أو حسن الصورة أو كثرة المصروف المالي، وإنما الأهم من ذلك **هو إدراك الولد أنه محبوب ومرغوب فيه داخل الأسرة**، وأنه عضو كامل العضوية في هذه الأسرة.

- يرى الولد عادة نفسه من خلال رؤية ونظرية أبويه إليه، فإذا كان على وضوح من **أنهما يقدرانه ويحترمانه بأن يقضوا معه الوقت**، فإنه سينشأ وهو يشعر بتقدير لنفسه واحترامها، وإذا شعر بقيمته فسيقدّر كل شيء في حياته كالوقت والجهد والعمل والأهل وحتى الأثاث.

- هناك أمور صغيرة بحد ذاتها إلا أنها ذات تأثير كبير على تنمية الثقة بالنفس عند الولد، ولكن من المفضل **أن لا تُدرّس للولد كأمور نظرية، وإنما تقدم إليه بالتدريج** وعلى حسب الظروف وبطريقة غير رسمية.

- **شجع الولد على استعمال اللغة الإيجابية عن نفسه**، فبدل أن يقول: «أنا لا أستطيع القيام بهذا العمل» علمه أن يقول: «إنني أتحسّن تدريجياً في القيام بهذا العمل».

- **شجعه على استعمال لغة تنم عن أنه مسؤول عن أعماله** وليس أنه ضحيّة هذه الأعمال. فبدل أن يقول: «أنا لا أستطيع كتابة هذه الوظيفة» أن يقول: «أنا لا أريد أن أكتب هذه الوظيفة».

- **شجعه على التعبير عن نفسه بـ«أنا» وليس بصيغة الغائب** كما يفعل بعض الأطفال، فهذا أدعى لتأكيد ذاته.

- إذا قال مثلاً: «أنا عاجز أو فاشل. .» فقل له وبشيء من الدعابة: «لا أنت لست كذلك، أنت حسان».

- **شجعه على النظر في وجه الآخرين عندما يتحدث معهم**، فهذا ليس فقط دليلاً على احترامه لهم وإنما على احترامه لنفسه أيضاً. إنه ليس أقل من الآخرين فلماذا لا ينظر إليهم وجهاً لوجه.

- **علّمه كيف يقدم لنفسه اقتراحات يكررها على مسمعه**. مثال: «أنا أستطيع اجتياز هذا الامتحان» فهذه الاقتراحات الذاتية ذات تأثير كبير في لا شعور الإنسان وبالتالي حياته وسلوكه.

- ويمكن أن **تشجعه على كتابة مثل هذه الاقتراحات** على الورقة وربما تلوينها أيضاً ووضعها على جدار غرفته. ومثال ذلك: «أنا أحب وأتقن الحساب».
- **ساعده ليضع لنفسه أهدافاً واقعية ممكنة التحقيق** والتي في نفس الوقت تعكس إمكاناته وقدراته التي لم تظهر بعد كاملة، وبذلك يقرن الولد نفسه بالنجاح والإنجاز بدل الفشل والإخفاق.

المزاج

عندما يبلغ الولد ستة أشهر من العمر تقريباً أو قبل ذلك ستلاحظ على ولدك أنه بدأ يأخذ طبيعة ومزاجاً معيناً يجعله يختلف عن غيره من الأولاد أو عن إخوته إن كان له إخوة. وأنه بدأ يأخذ «عاداته» الخاصة وحركاته وانفعالاته المتميزة. وهكذا ترى من خلال الوقت مزاجاً مميزاً لولدك.

فما هو هذا «المزاج» الذي يميز كل إنسان؟

إن من الأمور التي يعتقد أن الإنسان يرثها من أبويه هو المزاج، وهي المادة الأولية لتكوين الشخصية. فقد يكون لدى الولد «مزاج» يشابه مزاج أحد أفراد الأسرة، كأن يشابه أباه أو أمه أو جده أو جدته..

ولكن مهما كانت كمية الوراثة العائلية والتشابه بالآخرين فإنه يبقى للولد «مزاجه» وطبيعته التي تميزه عن كل الناس.

والمزاج يعني أن للولد ميلاً خاصاً لنوع معين من السلوك والتصرفات، فقد يكون ولداً مرتاحاً مسترخياً هادئاً، لا ينزعج بسهولة، أو أن يكون ذا قدرة جيدة على التكيف والتأقلم مع المستجدات، وقد يكون ودوداً أليفاً مع الآخرين، أو منتظماً في عاداته، أو قلقاً وعصبياً، أو سريع الاستسلام أمام التحديات والصعوبات، أو عنيداً لا يهدأ حتى يحقق ما يريد، أو ضعيف الثقة أمام الآخرين أو مقداماً واثقاً من نفسه لا يعبأ لنقد الآخرين.

وتبقى مثل هذه المواصفات ثابتة ومستمرة عند الإنسان خلال طفولته المبكرة وحتى أيام شبابه ونضوجه، **إلا أن للأبوين والتربية دور رئيسي في طريقة تعلم الولد كيف يعيش مع مزاجه وطبيعته، وكيف يطور هذه المواصفات، وكيف يتعلم السيطرة عليها وتوجيهها.**

إن معرفة طبيعة مزاج الولد وحتى من الأشهر الأولى في حياته يعيننا نحن الكبار على تقبله وعدم «رفضه»، وعلى كيفية التعامل معه، وعلى

مساعدته على التكيف والتعايش مع ما عنده من طبع وصفات، وكذلك على عدم التسرع بإصدار الأحكام على شخصيته وأفعاله.

ويفيد أن نتذكر أن الولد لا يختار بإرادته طبيعته ومزاجه، ولنذكر أيضاً أن الصفات التي تجعل الولد صعب التعامل معه في صغره هي نفس الصفات التي نقدّرها ونتمنّاها في الكبار! فقد يكون الولد مثلاً شديد الحساسية وعميق المشاعر للأمور، أو قد يكون عنيداً مصمماً، أو قوي الإرادة. فقوة المشاعر والتصميم، وقوة الإرادة كلها صفات نرحب بها عند الكبار. ولذلك عليك أن لا تخطأ بالظن أن عليك أن تتغلب على إرادة ولدك وتُخضعه لإرادتك، وإنما فكر كيف تتعامل مع هذه الإرادة وكيف توجهها التوجيه الصحيح المطلوب. وعلى الولد طبعاً أن يدرك بدوره أنه لا يستطيع أن يفعل كل ما يريد ويحلو له دوماً، وأنه من الهام أن يتفهم ويحترم رغبات الآخرين وحقوقهم كما أنه يريد منهم أن يتفهموا ويحترموا رغباته وحقوقه. ولا شك أنه سيتعلم هذا التفهم والاحترام بشكل أفضل من خلال التوجيه الخبير والحكيم الذي يتلقاه من والديه، وليس من خلال النزاع الدائم بينه وبينهم عندما يتوقع الأهل أن يأتي التفهم والاحترام دوماً من الولد فقط!

الولد السلبي أو «الصعب»:

وإذا وجدت من ولدك جوانب سلبية في عاطفته ومزاجه فالشيء الهام أولاً أن تتقبل هذا الأمر وتتفهمه. فإذا كان الولد مثلاً ينزعج لأقل تغيّر في روتينه الحياتي فحاول أن تراعي هذا الأمر فتقلل من مثل هذه التغيرات قدر الإمكان. وإذا كان يشعر بالألم والانزعاج بشكل أسرع من غيره من الأولاد فلا تقارنه بهم وإنما أظهر تعاطفاً معه بدل اتهامه بالجبن والحساسية. ولا يعني هذا أن عليك أن تستجيب دوماً لطلباته ورغباته، وإنما عليه أن يتعلم تدريجياً كيف يتعامل ويتكيف مع أمور الحياة وتبدلاتها وصعابها. ويمكن للولد أن ينمو ليصبح إنساناً ناجحاً كأقرانه إلا أنه يحتاج لمساعدتك وتوجيهك وصبرك الآن وفي المستقبل.

الولد المبتهج والسعيد:

وإذا كان ولدك من النوع «السهل» والمرتاح فإن هذا لا شك يجعل مهمتك كمربٍّ أيسر وأخفّ. فالولد بمثل هذا المزاج سيتناول وجبات طعامه بشكل منتظم، ويتكيف بسهولة مع تغيرات الحياة وتبدل الروتين، وسيتجاوز

وبسرعة الصعوبات والعقبات، وبشكل عام ستراه يتمتع بموقف إيجابي مشرق للحياة والمستقبل. والأمر الذي يجب الانتباه إليه في هذه الحالة أن لا تبالغ في توقعاتك واعتمادك على طبيعته الطيبة السعيدة هذه. فإذا كان يتحمل الأمور ولا يتذمّر أو يشتكي فهذا لا يعني أن تعرضه للكثير من دون مبالاة بردود أفعاله وتأثره، وكذلك لا يعني أن ننشغل عنه بالأعمال الأخرى تاركينه ليدبر أموره بنفسه من غير رعاية وانتباه، وهو لن يتعلم الكثير إذا تركته لنفسه لوقت طويل. وإذا لم يحظ بالكثير من صحبة والديه فقد ينشأ مكتف بنفسه و«لا يحتاج لأحد» بدل أن يتعلم ويدرك أن للآخرين دوراً في حياته كما أن له دوراً في حياتهم، وأن الحياة أخذ وعطاء.

الطفل المنسحب الانطوائي:

وفي حال الولد الانطوائي فإنه يجب الانتباه لنفس المحذور السابق الذكر. فالطفل الانطوائي قد لا يتفاعل بحرارة وحماس للأمور، وبذلك قد لا يُنتبه إليه فيُترك ليتصرف بمفرده ولمدة طويلة. ولا يفيد أبداً أن تدفعه للأعمال بشدة وتفرض عليه مواقف متعددة، وإنما يفضل أن تفتح له المجال والفرصة لإبداء الاهتمام والرغبة في بعض الأعمال، ومع بعض التشجيع سيكتشف بنفسه كم يمكن أن يكون العالم من حوله مليئاً بالمشوقات والإثارة. وساعده على توسيع آفاقه من خلال أنشطة واهتمامات جديدة، ولكن من خلال التشجيع وليس الإكراه والإلزام.

وحاول أن لا تفقد صبرك أو تصاب بالإحباط وخيبة الأمل إذا لم تسر الأمور بالسرعة التي تتمناها وترغب فيها، ودع ولدك ليتعرف على الحياة وفق سرعته ودافعه الذاتي.

وأكرر هنا ما ذكرته من أن المزاج والطباع تكوّن المادة الخام للشخصية، ولكن يضاف إلى هذا خبرة الحياة وتجاربها لتصوغ شكل تكوّن هذه الشخصية. فمثلاً إذا كان مزاج الولد سريع الانفعال فالغالب أن يلازمه هذا المزاج طيلة حياته، **والعقاب لن يساعده على تغيير هذا المزاج**. وإن كان العقاب قد يدفعه لضبط مزاجه وكبته في داخل نفسه ليهلكه من الداخل، وربما انفجر غضباً في لحظات معينة عندما «يطفح الكيل» كما يقال. **وحاول أن تساعده على تقبل مزاجه وطبيعته**، وعلى معرفة المواقف التي تثيره وتدفعه

لفقد سيطرته على نفسه، ولمساعدته على اكتشاف طرق جديدة للتعامل مع هذه المواقف والظروف من غير أن ينزعج أو يفقد أعصابه. وإن الولد السريع الانجراح والانزعاج من تصرفات الآخرين يحتاج للمساعدة على فهم أسباب مشاعره هذه، وعلى تطوير مواقف أكثر واقعية تجاه الأحداث والصعوبات الحياتية.

والملاحظة الهامة هنا أن **حياتك وحياة ولدك تصبح أسهل وأسعد عندما تتفهم مزاجه وتعرف كيف تتعامل معه**. ولا تضيّع الوقت تتمنى أن لو كان مزاج ولدك مزاجاً آخر مختلفاً، فلا تفيد هذه الأماني.

ولا يفيد أن يسأل الإنسان نفسه «ممن يا ترى قد أخذ ولدي هذا المزاج والطبع؟» **اقبل الولد كما هو وحاول أن تساعده على أن يصبح إنساناً ناجحاً وسعيداً في الحياة**. ولا ينفع كذلك أن تتمنى أن لو كان مزاج ولدك مثل مزاج فلان من إخوته أو غيره من الأولاد..

إن ثراء طبائع البشر ليكمن في تنوعها واختلافها بين الناس. وكما ذكرنا من قبل **أن الصفات التي تجعل الولد صعباً في صغره قد تكون هي ذاتها من أسباب نجاحه في شبابه ونضوجه**، هذا النجاح الذي يعتمد لحدّ كبير على أسلوب تعامل والديه والناس معه في صغره.

النمو العاطفي[1]

تتعدد احتياجات الولد بين الحاجات المادية والعقلية والعاطفية. ويهتم **كثير من الآباء بالاحتياجات المادية وربما العقلية؛ إلا أنهم قد يغفلون الاحتياجات العاطفية**. وتظهر عاطفة الإنسان عادة من خلال مشاعره وتفكيره وسلوكه وعلاقاته بالآخرين. وقد نجد طفلاً نامياً من الناحية المادية الجسدية، أو من الناحية العقلية التعليمية؛ إلا أنه قليل النمو والتوازن في الجانب العاطفي.

ضعف النمو العاطفي:

وقد يتجلى ضعف النمو العاطفي في أن الولد غير سعيد في كثير من الأوقات، وقد يترافق هذا مع عدد من المظاهر منها:

- صعوبة تناول الطعام.
- التبول الليلي وخاصة بعد أن يكون الطفل قد تعدّى مرحلة الجفاف.
- الانطواء الشديد على نفسه.
- قلة الأصدقاء وصعوبة إقامة العلاقات.
- بطء التقدم والنمو الجسمي.
- كثرة البكاء وسرعة الغضب ولأبسط الأسباب.
- الخوف والتعلق الشديد بالأبوين رغم تقدم سنّه.
- كثرة المشاجرات مع الآخرين وخاصة خارج نطاق الأسرة.
- اضطرابات النوم وكثرة الأحلام المزعجة.
- كثرة التمارض والتشكّي من الآلام.
- ضعف التحصيل المدرسي رغم وجود الذكاء الجيد.

---

(١) للتعمق أكثر في هذا الموضوع راجع كتابي «الذكاء العاطفي والصحة العاطفية».

النمو العاطفي السليم:

بينما نجد الولد الصحيح العاطفة أنه تغلب عليه السعادة والبهجة والمتعة بالحياة مع بعض المظاهر التالية:

- يتوق للتعلم والرغبة في معرفة كل ما هو جديد.
- راغب بالنمو ليصل إلى مرحلة يعامل فيها ككبير.
- يرتاح لصداقاته وعلاقاته مع الآخرين.
- منتظم النوم ونشيط في الصباح.
- جيد الشهية للطعام.
- اجتماعيّ محبّ للقاء الناس.
- مسالم يعرف كيف (يأخذ ويعطي) مع الآخرين.
- سليم الصحة الجسدية.
- متفوق في تحصيله المدرسي.

العوامل المؤثرة على العاطفة:

وتتعدد العوامل التي تؤثر على الصحة العاطفية عند الأولاد، فهناك الوراثة والعوامل الاجتماعية. **ولكن تبقى التأثيرات الأسرية من أهم هذه العوامل**. ومن التأثيرات الأسرية الهامة ما يلي:

العلاقات الزوجية:

فيما إذا كانت علاقة حميمة ودودة، أم يغلب عليها الجدال والنقد؟ **فالجو المشحون بالتوتر والجدال لا يعطي الطفل الفرصة المطلوبة للنمو العاطفي الصحي**. وكذلك نوع تعامل الأبوين مع المشكلات والصعوبات، فهل هما ممن يتحدث في هذه المشكلات، أم من النوع الذي يتركها دون نقاش أو حلّ؟ فالأسرة السليمة هي التي تحاول أن تتناقش في الأمر لتخرج بحل مناسب لهذه الأسرة.

عواطف الوالدين:

هل هي عاطفة متّزنة ناضجة سليمة، أم يغلب عليها القلق أو الاكتئاب؟

فإذا كان الأب مثلاً من النوع القلق والكثير التخوف من الناس، فقد ينشأ الطفل ليكون قليل الثقة بالناس، وقلقاً مثل والده. وكذلك إذا كانت عاطفة الأم تميل إلى الاكتئاب والنظرة المتشائمة للأمور فقد يكون ولدها متردداً وضعيف الثقة بنفسه.

مواقف الأبوين:

هل يميلان للمتعة والمرح والانشراح والتفاؤل، أم يميلان إلى عكس هذا؟ وهل يوفران فرصاً للنمو داخل المنزل؟ وهل يثابران على أسلوب تربيتهما ويقدمان للولد القدوة السلوكية الحسنة؟ فموقف الأبوين من نفسيهما، ومن الناس من حولهما، ومن الحياة بشكل عام سيكون له الأثر الكبير على عاطفة الأولاد.

وجود الإخوة والأخوات:

هل يوزع الأهل انتباههم ورعايتهم على كل الأولاد؟ وهل يُعطى كل طفل فرصة لينمو وفق إمكاناته وسرعته؟ ففي كثير من الأحيان قد نجد الأبوين يميّزان الطفل المتفوّق في الدراسة على إخوته الآخرين الذين يبدو أنهم أقلّ تفوقاً وتحصيلاً. ومهما حاول الأهل إخفاء هذا التمييز فإن الأولاد يدركون الأمر مما يوجد الحساسية بين الأشقاء.

ومن المهم كذلك، أن يكون الجو العام للأسرة مشجّعاً للأولاد على التعاون والعمل المشترك، بدل أن يدعوهم دوماً إلى التنافس والعمل الفردي. إن روح عمل الفريق لتتكون في السنوات الأولى من حياة الإنسان وفق ما يتلقاه في أسرته وفي مدرسته.

تعرّف إلى ولدك:

وللتعرّف على عاطفة الولد يمكنك أن تستمع إلى كلامه أو تنظر إلى علاقاته مع الآخرين. وقد يستغرب بعض الآباء والأمهات أن يطلب منهم التعرف على أولادهم، ولكن **المشاهد أن هناك كثير من الناس ممن لا يعرف حقيقة ولده.** ويفيد أن تسأل نفسك بعض الأسئلة التالية لتدرك كم تعرف ولدك، وليست هذه كل الأسئلة التي يمكنك أن تسألها، وقد تعرف جواب بعضها بينما تستغرب البعض الآخر:

- ما الطعام المفضل لولدك؟
- كيف يحب صرف ما لديه من مال؟
- متى زار مكاناً خارج المنزل آخر مرة، ومع من؟
- ما أسماء أصدقائه المفضلين؟
- متى زار الطبيب آخر مرة، ولماذا؟
- مَن معلمته المفضلة؟
- ما أكثر ما يخيفه؟
- إلى من يذهب ويتكلم إن شغله أمر؟
- ما أسوأ ما يمكن أن يحدث له؟
- هل يعرف لماذا غضبت منه آخر مرة؟
- لماذا بكى آخر مرة؟
- ما أكثر ما يزعجه منك؟
- ما أكثر ما يُحزنه منك؟
- كيف يصفك لأصدقائه؟
- كيف يصفك لأصدقائك؟
- ما هي أحب الأعمال إلى نفسه؟
- ما هي آخر أفضل إنجازاته؟
- ما هي أكثر أيامه سعادة؟
- ما الهدية التي يرغب فيها؟

طرق تنمية الصحة العاطفية:

ومما يساعد على النمو السليم الصحيح للعاطفة عند الولد الأمور والتوجيهات التالية:

١ - افهم احتياجاته:

- **أعطه المحبة والدفء والاهتمام: وذلك من خلال الجلوس معه وقضاء الوقت**

المناسب في صحبته؛ في الكلام أو اللعب أو القراءة. إنه لا ينفع أبداً أن تقول لولدك بأنك تحبه وأنت لا تجد وقتاً تقضيه معه. إن مجرد قضاء الوقت مع ولدك سيشعره بقيمته وينمّي فيه احترامه لنفسه. وإذا تحلّى الطفل بهذه الخصلة فإنه سيكون أكثر احتراماً لكل ما هو في حياته، لأن شعوره بقيمته الذاتية سينعكس ويشعّ من أعماقه على كل من حوله من أشخاص وعلاقات إنسانية، وعلى كل ما حوله من احترام الوقت والأشياء المادية كالكتب وحتى أثاث المنزل. إن احترام الإنسان لنفسه لأمر أساسي في صحتنا النفسية والعاطفية، ولذلك يقول لنا ربنا تعالى: ﴿وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِيٓ ءَادَمَ﴾ [الإسراء: ٧٠] ليشعرنا باحترامنا لذاتنا، ومكانتنا في هذا العالم.

ولا بد هنا من الإشارة إلى أهمية الاحتكاك واللمس الجسدي بين الوالدين وأولادهما. فاللعب اللطيف والعناق واللمس، كلها من الأمور التي تشعر الأولاد بالاطمئنان والسكينة، وبأنهم على صلة جيدة مع والديهم. وأنا أنصح بالاستمرار في مثل هذه العلاقة وحتى عندما يكبر الأولاد. ومن المؤلم أن يذكر لي شاب في السابعة عشرة من عمره أمنيته في الحياة أن يعانق والده، أو يسير معه واضعاً ذراعه على كتف والده كصديقين؛ إلا أنه لا يستطيع فعل ذلك لأن والده دوماً يبقي حاجزاً كبيراً بينه وبين أولاده!!

- **اِقْبله كما هو**: وذلك بأن تشعر ولدك بالقول والعمل أنك تتقبله كما هو، وبغض النظر عن درجاته التي يحصلها في المدرسة، وبغض النظر كذلك عن طوله وشكله...

ومهما حدث فيجب أن لا يُهدد الولد بسحب المحبة منه، وإنما أشعره حقيقة بأنه الولد المحبوب والمقبول لوالديه على الدوام.

- **أعطه الأمن وأشْعِره أنك متواجد معه دوماً**: فإن من أكثر الأمور التي يقدّرها الولد هو تواجد والديه أو أحدهما إذا ما أراد هذا الولد الحديث في أمر أو الاستشارة أو طلب المساعدة. ومن المهم أن نعطي الولد الانتباه الكامل إذا أراد الحديث في موضوع ما، لا أن نتكلم معه وذهننا منشغل في كتاب أو جريدة أو تلفاز.

٢ ـ عوّده الاعتماد على ذاته:

- **أشْعِره أنك تثق بإمكاناته وقدراته**: وذلك بالفعل وليس مجرد القول. ويمكن أن

نحقق هذا عن طريق فتح المجال للولد ليقوم ببعض الأعمال والأنشطة المناسبة لسنه، والقيام بتشجيعه وعدم الانتقاص من معنوياته وقدراته على إنجاز هذا العمل.

- **تجاوز عن الخطأ أثناء محاولاته:** فبالرغم من أننا نحاول تشجيعه على القيام ببعض الأعمال والأنشطة، فإننا لا نتوقع أن يكون إنجازه لهذا العمل بالضرورة كاملاً من المحاولة الأولى. ولذلك يفيد أن نتجاوز عن بعض الأخطاء أثناء التنفيذ؛ وإلا فإنه لن يحاول ولن يتعلم. ويلاحظ الإنسان في عالم الكبار كم هي الأعمال التي نتركها ولا نقوم بها لأن الناس من حولنا ليس لديهم صبر على محاولاتنا، ويلحّون بأن تكون الأمور كاملة من المحاولة الأولى!

- **اترك له القيام بأموره وأعماله الخاصة به:** فمن القواعد البسيطة في علم النفس والتربية أن كل عمل يمكن للولد القيام به، فالأصل أن نتركه ليقوم به بنفسه. فإذا كان يستطيع ارتداء قميصه، فلماذا تتدخل أمه لتلبسه؟ وإذا كان يستطيع أن يشرب الماء، فلماذا نعوّده على إحضار كأس الماء له كلما عطش.

- **لا تكن مفرطاً بحمايته ورعايته:** وغالباً ما تتصف الأم أكثر من الأب بهذه الصفة حيث تبالغ كثيراً في رعاية أولادها وحمايتهم. فهي لا تريد للولد مثلاً أن يلعب في الحديقة خشية أن يتسخ بالطين والتراب، وهي تبادر في إطعامه بيدها مع أن ولدها قادر على تناول الطعام بنفسه، وكذلك حال الملابس وغيرها من الأعمال التي كان يمكن للأم أن تترك ولدها يقوم بها بنفسه. إن مثل هذه الرعاية المفرطة تحرم الولد فرصة الاعتماد على نفسه وبناء ثقته بإمكاناته الذاتية، هذا بالإضافة إلى أنه يتعب الأم كثيراً ويحمّلها فوق طاقتها.

- **أشْرِكه في أعمال المنزل:** فعلى كل فرد في الأسرة وحتى الصغير منهم أن يقوم بعمل ما داخل البيت. ويمكن لأفراد الأسرة أن يتوزعوا مهمات البيت والأسرة فيما بينهم. ولا بأس أن يكتبوا قائمة بالأعمال المطلوبة واسم الفرد المسؤول عن هذا العمل. إذْ أنه من غير اللائق أن يعتاد الإنسان على استخدام المنزل وكأنه في فندق أو مطعم، فهو يأكل وينام ويفعل كل ما يحلو له، ويتوقع أن يقوم غيره بالتنظيف والترتيب وإعداد الطعام. . **وأنه من غير العدل أن تترك كل هذه الأعمال والمسؤوليات لفرد واحد كالأم مثلاً**، وخاصة إذا تذكرنا أننا نطالب الأم أيضاً بتسيير أمور المنزل، وبشراء الحاجات، وبالاعتناء بتعليم

الأولاد، وفي ذات الوقت نطالب المرأة بالاهتمام بالدعوة والحياة الاجتماعية. . .

وكيف يمكن للأم أن تقوم بكل هذا إذا لم يشترك الجميع في أعمال هذه الأسرة، وكل حسب عمره وحسب طاقته. فواحد لتنظيف أرض غرفة الجلوس، وآخر لتنظيف الدرج، وآخر لإعداد الطعام، وآخر لكوي الملابس. . .

الفائدة مضاعفة من مثل هذا الجو. فالأولاد يتعلمون تحمل بعض المسؤولية، فلا يكونوا اتكاليين على غيرهم، ويعدّهم هذا لمسؤوليات الحياة المستقبلية، ويصبح في البيت الكثير من النظام والانضباط، ويقلّ احتمال حدوث الخلافات والنزاعات، ولا شك أن الأم تسعد كثيراً مع كل مساعدة تُقدم لها في أي عمل في المنزل ولو كان صغيراً.

- **احترم خصوصياته**: فلكل منا خصوصياته التي يحتفظ بها لنفسه. وعلى الوالدين احترام خصوصيات أولادهم فلا يتجسسون عليهم، متذكرين قوله تعالى: ﴿. . . وَلَا تَجَسَّسُوا۟ . . .﴾ [الحجرات: ١٢] والتي تنطبق في كل جوانب الحياة وليس فقط في مجال الحروب والنزاعات السياسية! فلا نتجسس على مذكراته إن كان يكتب مذكرات، ولا نفتح رسائله الخاصة به، وإذا خشي الأهل من وجود ما يقلقهم فعليهم الحديث الصريح والمباشر مع أولادهم من دون التجسس عليهم.

  ومن أمثلة احترام خصوصيات الولد عدم الدخول إلى غرفته إلا بعد الاستئذان بقرع الباب، وكما علّمنا إسلامنا العظيم: ﴿يَـٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُوا۟ لَا تَدْخُلُوا۟ بُيُوتًا غَيْرَ بُيُوتِكُمْ حَتَّىٰ تَسْتَأْنِسُوا۟ وَتُسَلِّمُوا۟ عَلَىٰٓ أَهْلِهَا ۚ ذَٰلِكُمْ خَيْرٌ لَّكُمْ لَعَلَّكُمْ تَذَكَّرُونَ ﴿٢٧﴾﴾ [النور].

٣ ـ أعطِه التوجيه والهداية:

وتدخل هذه الفقرة في باب التوجيه الديني والأخلاقي للطفل، والذي هو أمر أساسي في توجيه الأولاد الوجهة الصحيحة في هذه الحياة. (ويمكن هنا الرجوع لبعض الكتب المفيدة ككتاب «تربية الأولاد في الإسلام» للعلّامة عبد الله ناصح علوان والمذكور في قائمة المراجع في آخر هذا الكتاب).

ولكن أريد هنا أن أشير لبعض النقاط الهامة:

- **أعْطِهِ أرضية صلبة تمكِّنه من اتخاذ القرارات في مستقبل حياته**: وذلك بالحديث معه عن حكمة ما نقوم به من أعمال وممارسات دينية وأخلاقية، فإن هذا يعينه على فهم وإدراك مقاصد هذا الدين الحنيف، ولأن هذا ينمِّي فيه فريسة المحاكمة وتقدير المواقف. ومن الأمور الضارة في التوجيه الديني أن تصبح الأمور مجرد طقوس وممارسات بلا روح ولا مقصد.
- **عرِّفه بدينك وقِيَمَك وإيمانك**: لأن معرفة الولد لديانة والديه ومبادئهما الأخلاقية في الحياة يعطيه الشعور بالاطمئنان، وينمِّي عنده الوازع الأخلاقي في واقع الحياة. ويتم هذا من خلال حديث الأبوين لأولادهما عن تاريخ حياتهما ونشأتهما وبعض ما مرّ معهما من مواقف وأحداث.
- **علِّمه ما هو حلال مقبول، وما هو حرام مرفوض**، وكذلك ما هو مكروه، وما هو مستحب، وكذلك ما هو مباح.
- **علِّمه بالقدوة والسلوك لا بمجرد الكلام**: فغنيٌّ عن البيان أهمية القدوة الحسنة في الجوانب المختلفة للأخلاق داخل البيت وخارجه، وفي الأمور الصغيرة والكبيرة. فإن من أفضل وسائل التربية الأخلاقية هو النموذج الحسن والقدوة المناسبة. ومن الأمور الخطيرة على التكوين الديني عند الولد أن يعيش في جو من التناقض والتباين بين القول والعمل، وخاصة عندما يكبر الولد ويدخل مرحلة المراهقة، لأن من صفات المراهق أنه مثالي لا يمكن أن يفهم أو يتقبل افتراق القول عن العمل ﴿يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ لِمَ تَقُولُونَ مَا لَا تَفۡعَلُونَ ۝٢﴾ [الصف].
- **ثق بولدك: فالثقة بين الولد ووالديه من الأمور الحساسة والهامة في نشأته الأخلاقية والدينية والحياتية بشكل عام**. وهذا يعني أن لا يلجأ الأهل إلى التشكيك في صدق كلام ولدهم، وأن لا يقوموا بما يسمى الاستجواب والتحقيق كالذي يتم في المحاكم الجنائية. وقد رأيت من الناس من إذا قال له ولده أنه قد قام بعمل ما، فإنهم يأخذون بالتحقيق معه: «هل صحيح أنك قمت بالعمل؟! كيف هذا وأنا لم أرَكَ تقوم به...؟!» وهكذا يستمر الاستجواب. وهؤلاء لا يدركون أنهم بأسلوبهم هذا فإنهم يعلِّمون ولدهم الكذب والخداع، وأنهم يدفعونه لممارسة ما يحذرون منه. الأصل أن تكون

علاقة أفراد الأسرة كلها مع بعضهم قائمة على الثقة، والتي تعني هنا الاطمئنان إلى أن الجميع يتعاملون بصدق وأمانة وصراحة.

٤ ـ ضع قواعد في المنزل:

- **لا بد من ضوابط وقواعد في البيت كالنوم والطعام والدراسة وغيرها**: وهذه من أهم الأمور في تعليم الانضباط مما ينعكس بشكل إيجابي على الصحة العاطفية للولد. بينما في البيت الذي لا تحكمه ضوابط وقواعد للسلوك فإن الولد يكون غير مطمئن وغير سعيد.
- **أوجد روتيناً ونظاماً داخل البيت**: بحيث يعتاد الولد على نمط معين وروتين مناسب، بدل أن يكون في حالة فوضى. فالنظام والروتين يساعدان كل فرد في الأسرة على ترتيب برنامجه وأنشطته. وإذا كان لا بد من المفاجأة فلتكن أقلّ ما يمكن.
- **ضع حدوداً عادلة ومعقولة**: وذلك وفق عمر الولد وظروف الأسرة، فليس بالضرورة أن تكون نفس القاعدة تنطبق على كل الأولاد، وخاصة إذا تفاوتت الأعمار كثيراً بينهم (كوقت النوم). وقد يكون النظام في عطلة الصيف غير النظام أثناء الدوام المدرسي. وما يناسب ولداً قد لا يناسب من هو أكبر منه أو أصغر سناً.
- **لا بد من اتباع هذه الضوابط والقواعد على الدوام**: فمن أكبر العيوب في وضع الضوابط والقواعد هو عدم وجود استمرارية في تطبيق هذه القواعد، وبالتالي يتعلم الولد التفلت من هذه القواعد وغيرها، نتيجة قناعته فإنه يمكنه عدم الالتزام بها. والعيب الآخر في تطبيق القواعد أن يكون تطبيقها وفق الحالة المزاجية للوالدين، ومن دون منطقية أو أسباب موضوعية للأمور. ومن الأمثلة على هذا، أن يكون وقت نوم الطفل الساعة الثامنة مساء؛ إلا أن الأب يترك ولده يطيل السهر حتى الساعة العاشرة ليلاً لأن الوالد في حالة مزاجية مريحة، بينما في يوم آخر يكون فيه الأب منزعجاً من أمر ما فإذا به يأمر الولد بالنوم في الساعة السادسة!
- **المعاقبة على كل مخالفة للقواعد**: فالولد الذي قيل له: إنه إذا لم يكمل واجباته المدرسية فإنه لن يستطيع مشاهدة التلفزيون، فإنه إذا لم يكمل واجباته

فيجب عندها أن نطبق ما ذكرناه للولد، ولا يسمح له بمشاهدة التلفزيون ذلك اليوم. *(انظر فصل العقوبة في هذا الكتاب)*.

- **كافئ على السلوك الحسن الجيد: فنحن معشر الآباء والأمهات قد نكون شديدي الانتباه للسلوك السلبي المزعج فنبادر للعقوبة مباشرة؛ إلا أننا قد لا نعطي نفس الانتباه للسلوك الحسن**، والذي قد نتركه يمرّ ولا نشجع عليه. وبعض الآباء يعتقد أنه إن وجد الطفل يحسن العمل فإنه ليس عليه أن يعطيه التشجيع أو المكافأة لأنه من المفروض على الولد أن يحسن التصرف على كل الأحوال! ولنذكر هنا القاعدة النفسية البسيطة والتي تقول: **إن كل سلوك يُعزز ويُشجّع، فإنه سيتكرر أكثر في المستقبل**.

٥ ـ أشْرِكه في مشكلات الأسرة:

إن من الأمور المفيدة جداً للطفل أن يختبر الحياة بحلوها ومرّها وهو في بيت والديه، وهذا يعني أن لا يبالغ الأهل كثيراً في حماية الولد من معايشة بعض مشكلات الحياة وآلامها، سواء كانت مالية أو صحية؛ كمرض أحد الأقرباء حيث يشجع الولد على عيادة قريبه المريض، أو في حالات الوفاة حيث يسمح للولد بحضور الجنازة وتوديع قريبه الذي مات، فهذه سنّة الحياة. وسيتعلم الولد كثيراً من مثل هذه التجارب والمواقف، سيتعلّم عن مشاعره وأحاسيسه، ويتعلم أيضاً من مواقف الآخرين من حوله. والنتيجة أن يكون أقدر على مواجهة ما تأتي به الحياة من صعوبات وتحديات.

ولا بد مع كل هذا من إيجاد الطريقة والظروف المناسبة لإخبار الطفل بمثل هذه الأمور، وبالطريقة البسيطة التي يفهمها.

٦ ـ افهم أصدقاء الولد:

- **كن على مستوى توقعات أصدقائه**: فعندما يأتي ولدك بأصدقائه إلى منزلكم فإنه يريد أن يفتخر بوالده ووالدته، ولذلك أحسن معاملة أصدقائه، واحترم مشاعره أمام أصدقائه. فإذا أردت مثلاً أن تنبِّهه إلى أمر فعله أو لم يفعله، **فليكن تنبيهك لطيفاً، والأفضل أن يكون بينك وبينه بعيداً عن أنظار أصدقائه**، إلا أن يكون الأمر خطيراً لا يحتمل الانتظار.

- **ليس عليك طبعاً أن تفعل وتقلد ما يفعله الآخرون**: فقد يحاول الولد أن يضغط

عليك ليجعلك تقدم له ما يقدمه أهل أصدقائه لأولادهم. فكل أسرة أدرى بظروفها وإمكاناتها المادية والمعنوية.

- **لا تختر له أصدقاءه، ولكن تحدّث معه في هذا الأمر**: وقد يستغرب بعض الناس هذه المقولة. والمطلوب منها أن نعين الولد ونوجهه على معرفة ما ينفعه مما يضره، ومن ثم فتح المجال له للتعبير عمّا تعلمه عن مصلحته الخاصة. فهذا أفضل من مجرد أن نقول له: اختر هذا ولا تصاحب ذاك.

ويمكننا أن نؤثر كثيراً في نوعية أصدقاء أولادنا من خلال حسن اختيار الحيّ الذي نسكن فيه، واختيار المدرسة التي نرسلهم إليها. فنحن بهذا نقدم لهم خيارات مناسبة ليختاروا منها، بدل أن نسكنهم في مناطق تكثر فيها أعمال الشغب والجريمة، أو عندما نرسلهم إلى مدرسة ذات سمعة سيئة، وبالتالي فإننا لا نقدم لهم نماذج حسنة ليختاروا منها. وكما قال الشاعر:

ألقاه في اليمّ مكتوفاً وقال له ... إياك إياك أن تبتل بالماء

٧ ـ ساعده على التعلم:

- **تابع واجباته المدرسية**: من خلال إظهار الاهتمام بمدرسته وبما يجري معه فيها، وبالاهتمام بواجباته المدرسية كي يشعر بأهمية تعليمه في حياته وحياة أسرته.
- **اجتمع بمعلميه وتحدّث في تقدمه ونموه**: والأفضل عادة أن يحضر الوالدان معاً، وأن لا يكون الحديث فقط في النواحي التعليمية والدراسية، وإنما يتعداه أيضاً إلى السلوك والعلاقة الاجتماعية داخل الصف.
- **لا تضغط عليه ليتعلم**: وذلك بإيجاد الجو المناسب والمريح لعملية التعلم، وإيجاد فرص جيدة للراحة والاسترخاء والألعاب والهوايات، فإن هذا مما يشجع الولد أكثر على الدراسة والتعلم.
- **ارفع موانع التعلم كالمرض**: وخاصة فيما يتعلق بفحص النظر والتأكد من سلامة الولد من صعوبات الرؤية وغيرها مما يمكن أن يعيق عملية التعلم.

٨ ـ أشْرِكه في تجاربك الخاصة:

- **تحدّث معه عن ذكرياتك وحياتك في صغرك**: فإن هذا يعرِّفك أكثر إلى ولدك،

ويقوِّي الصلة بينكما، ويشعره كذلك بامتداد جذوره في الماضي وكأنه شجرة وارفة ممتدة في التاريخ. فالصلة بين الأجيال والامتداد التاريخي من الأمور الهامة في تكوين الهوية الذاتية للأولاد.

- **تحدّث له عن علاقاتك وصداقاتك**: ليكتسب منك خبرة التعامل مع الناس وطرق إقامة الصداقات والعلاقات الاجتماعية، وكيفية الحفاظ على هذه العلاقات، وكيفية حلّ المشكلات التي لا بد منها في حياة الناس. فبعض ما يمكن أن يمرّ به الولد من صعوبات مع أصدقائه قد يظن الولد أنها خاصة به ولا تحدث مع أحد غيره، وذلك بسبب أمر معيب عنده. بينما عندما يستمع لتجاربك فعندها يدرك أن بعض ما يمرّ به إنما هو وصف عام لعلاقات البشر ببعضهم.

- **تحدّث له عن مهنتك وعملك**: إن من المشكلات التي يشتكي منها الأهل أحياناً أن ولدهم لا يتحدث شيئاً لوالديه عما يجري معه في المدرسة أو الحياة بشكل عام. ومن خلال السؤال عن تفاصيل الحياة اليومية لهذه الأسرة نجد أن الأب والأم لا يتحدثان لأولادهما عما يجري معهما في حياتهما اليومية، ولذلك فقد اكتسب الولد ذات السلوك. ونقوم عادة بحلّ هذه المشكلة بتشجيع الوالدين على الحديث الطبيعي مع أولادهما عن تفاصيل حياتهما اليومية، ومع الوقت نجد أن الأولاد قد اكتسبوا هذا السلوك، وأصبح كل واحد يشارك الجميع في مجريات حياته اليومية دون خوف أو تردد.

- **القيام بمشاريع مشتركة مع الأسرة**: وذلك بأن يشترك الجميع في ترتيب بعض أعمال الأسرة وأنشطتها من نزهات وزيارات ومشتريات وغيرها. فهذه كلها مما يمتّن الروابط الأسرية بين أعضاء الأسرة، ويُشعر الجميع بأن كل فرد هو جزء من هذه الأسرة الواحدة.

الاستمرارية ونمو الحب والثقة

ومع نمو الولد ليصبح إنساناً بحد ذاته، له خصائصه وصفاته المميزة، سيشعر الوالدان بقربهما من ولدهما أكثر وأكثر. فقد اعتمد عليهما كلياً في الأشهر الأولى، ويبدأ بعد ذلك بالتمييز بينهما وبين الآخرين من الناس. وبعد أن كان يرى في والديه مجرد من يلبي له حاجاته الجسدية الأساسية فإذا به بعد ذلك يبدأ بالتعرف الحقيقي على أمه وأبيه. ولا شك أن هذا يكوّن عندهما شعوراً طيباً من جرّاء تفاعلهما مع ولدهما. ويبدأ يكّون مشاعر خاصة به نحوهما، ويبدأ ينظر إليهما كإنسانين هامّين في حياته، ويبدأ بمحاولة التعرف عليهما عن قرب.

وتعتمد نوعية العلاقة في هذه المرحلة وإلى حدٍّ كبير على طبيعة علاقة الوالدين بولدهما في الأسابيع والأشهر الأولى من حياته. وتعتبر السنة الأولى المرحلة الحرجة والهامة في تكوين الرباط القوي بين الولد وأبويه، حيث سيتعلق الولد ويرتبط بالشخص الذي يقدم أعمال الرعاية من تلبية حاجاته الأساسية من طعام وشراب ورعاية وحنان. **ومن خلال تكوين هذا الرباط تنمو العلاقة والمحبة بالاتجاهين بين الولد ووالديه**. وتعتمد قوة هذا الرباط على مدى القرب بين الطرفين، وهو أقوى ما يكون عندما يقضي الوالدان معه الوقت الطويل، يحملانه ويداعبانه ويطعمانه وينظفانه ويتكلمان معه ويستجيبان له في حال ألمه وانزعاجه..

وإذا فشل تكوّن هذا الرباط في هذه السنة الأولى، كأن يُترك الولد لرعاية عدد كبير ومختلف من الناس كما قد يحصل في دار الأيتام، أو كأن يُترك بمفرده لمدة طويلة لا يختلط فيها بأحد، فسيصعب عليه في مستقبل حياته أن يعوّض عن هذا الحرمان العاطفي والنمائي.

نمو الثقة:

ومع نمو الترابط والتلاحم مع الولد ينمو لدى الولد أمر هام وهو الشعور بالثقة نحو والديه. **فهذه الثقة وهي من الأمور الأساسية التي تعلمها الولد في السنة الأولى من حياته مع والديه تعطيه أرضية صلبة هامة في حياته وتكوين شخصيته، حيث ينطلق من هذه الأرضية ليستكشف العالم من حوله.** وهو يشعر مع هذه الرابطة والثقة أن «منزله» منزل سعيد مأمون، حيث يلقى الرعاية والمحبة والتفهم. **وإذا تعلم الولد الثقة بأبويه فسيتعلم أيضاً الثقة بالناس الآخرين.** فالدرس الذي تعلمه من أبويه أن البشر طيبون، ويقدمون للإنسان العون والمحبة والإثارة والمتعة. وأنه يمكنه الاعتماد عليهم عندما تدعوه الحاجة لذلك. **وتجعل منه هذه الثقة التي تكونت بينه وبين أبويه إنساناً اجتماعياً ومرحّباً بالآخرين.** وحتى لو كان بطبعه خجولاً فسيتقبل فكرة طيبة الناس بشكل عام، وسيتخلى تدريجياً عن تردده في التعامل مع الناس.

ومن الأمور الهامة في زرع شعور الثقة عند الولد بالإضافة إلى الأمور الواضحة كالمحبة والحنان أمر قد يخفى على بعض الناس، ألا وهو «الاستمرارية» في أسلوب تعامل الوالدين مع ولدهما. **ونعني بالاستمرارية أن يتصرف الوالدان بمعيار واحد، وموقف واحد ثابت.** فإذا كان هناك أمر ضارّ وعلى الولد تجنبه، فهو دوماً ضارّ والأولى تجنبه اليوم وغداً. وإذا كان هناك عمل على الولد القيام به كالذهاب إلى المدرسة مثلاً، فالموقف أن عليه أن يذهب، بدل أن يكون التصرف والموقف ارتجالياً ومتقلباً بحسب مزاج الأب أو الأم، وبحسب الظروف. **ففي الاستمرارية سيتعلم الولد وبسرعة أن الأرضية التي يتعامل من خلالها مع والديه أرضية ثابتة،** وهذا سيعطيه في حياته نموذجاً وقدوة ونظاماً ثابتاً وواضحاً يألفه ويرتاح له، ويشعر معه بالثقة والاطمئنان. وهذا النموذج الذي سيسير عليه سيساعده على تفهم العالم من حوله، وعلى كيفية تكوّن الأحداث، ويعطيه كذلك فهماً لموقعه ودوره في هذا العالم الكبير.

وإنها لحقيقة واضحة مُدرَكة أنه **مهما كان طبع الولد ومزاجه فإنه ينمو ويكبر بشكل أفضل وأصح في جو من النظام و«الروتين» المعروف والواضح في حياته.** وهذا من أكبر الأدلة على ضرورة الاستمرارية والمثابرة في التعامل.

عندما يأتي الولد إلى هذه الحياة فإنه لا يعلم عنها شيئاً ﴿وَٱللَّهُ أَخْرَجَكُم مِّنۢ بُطُونِ أُمَّهَٰتِكُمْ لَا تَعْلَمُونَ شَيْـًٔا وَجَعَلَ لَكُمُ ٱلسَّمْعَ وَٱلْأَبْصَٰرَ وَٱلْأَفْـِٔدَةَ. . . .﴾ [النحل: ٧٨]. فأمام هذا الولد رحلة عجيبة من الاكتشافات والحقائق والمعلومات الكثيرة ليتعلمها، فوجود النظام والروتين يعطيه الكثير من الثقة والاستقرار ليعبر لجّ الحياة العميق بأمن وثقة وسلام. وهذا ينطبق أيضاً علينا نحن الكبار حيث نرتاح ونشعر بالاطمئنان عندما نستطيع أن نفهم حدثاً معيناً، وندرك أسلوباً معيناً ونمطاً للسنن والأحداث من حولنا. أما لو كان العالم من حولنا مضطرباً وفوضوياً، حيث تسير السنن اليوم في شكل وغداً بشكل آخر عندها ستختلط الأمور علينا، ويضعف إدراكنا وفهمنا لما يجري، وبالتالي سنعجز عن التصرف السليم والحكيم. ولذلك حاول أن تساعد ولدك على رؤية العالم من حوله كشيء مفهوم وقابل للاستيعاب، وذلك من خلال معاملته بشكل ثابت، وإدخال بعض النظام والترتيب على حياته اليومية. لا أن يكون كل شيء فوضوي وارتجاليّ ودون ترتيب أو نظام أو نسق. وسيلاحظ الأبوان كيف أن الولد سيحاول عندما يتعلم الكلام أن يسأل ويستفسر عن أي أمر جديد ومتغيّر وغير مألوف. ومثال ذلك: لماذا تأخر والده بالعودة اليوم، ولماذا يتناولون الطعام اليوم في غير الغرفة المعتادة. .

صحيح أن التغيّر والتبدل من الأمور الطبيعية في الحياة، وأن على الولد وكل إنسان أن يتكيّف مع هذه الحقيقة، لأن الناس لا يستطيعون ترتيب كل أمور حياتهم كالآلات أو كالساعات الدقيقة، ولكنهم يستطيعون لا شك أن يدخلوا شيئاً من الانضباط والترتيب، ويمكنهم أن يرتّبوا الكثير من الأمور بشكل مُسبق، مع بعض الشرح للأسباب والدوافع.

إن الولد الذي ينشأ على الثقة بوالديه وعلى الثقة في أسلوب تعاملهما مع الحياة، فمهما كان مزاجه وطبعه فلديه فرصة جيدة ليبدأ درب الحياة بشكل واثق وهادئ ومتفائل. وسيكون أقدر على التعايش مع مزاجه وأعصابه وردود أفعاله، وسيكون قادراً كذلك على التفريق بين الأسباب الحقيقية الواقعية للقلق والاضطراب وبين الأسباب الواهية الصغيرة التي يمكن أن تقلقنا وتشغلنا إن لم نفهمها.

وحتى نحن الكبار نجد أنفسنا أقدر على التعامل مع الحياة عندما

تكون حياتنا الأسرية حياة سعيدة ومستقرة. وإذا كان لنا مهنة أو عمل فسنكون أقدر على القيام به عندما نشعر بالثقة واستقرار هذا العمل، وعندما نشعر بالثقة في صاحب العمل، وبأنه لن يتقلّب في تصرفاته ولن ينقلب ضدنا فجأة ومن غير سبب، وأنه لن يعاملنا اليوم بطريقة وغداً بطريقة أخرى. هذا بالنسبة لنا نحن الكبار، فكيف يكون الأمر بالنسبة للصغير الذي عليه أن يتعايش مع العالم والحياة وليس له من مصدر أساسي لفهم السنن والعلاقات والتصرفات إلا من خلال معاملة والديه له. إن الكثير من الفوضى والعبثية في العالم العربي والإسلامي سببها الفوضى والعبثية في نطاق الأسرة.

ومما يحتاجه الإنسان طوال طفولته أن يعرف أن هذه الرعاية والمحبة متوفرة له على الدوام من قِبَلِ والديه، وأنهما لن يحرمانه من هذه الرعاية. وأن يعرف أنه يتعامل مع عامل معروف مفهوم متوَقّع منظم، لا ألغاز وفوضى. وأن تصرفات الناس معه ثابتة ومستمرة كثبات واستمرار النواميس الكونية وحركة الأفلاك والأشياء. **وكل هذا يساعده على تكوين صورة واضحة عن العالم والحياة ونفسه ووالديه والآخرين، ويساعده أيضاً على رؤية مكانته وقيمته الذاتية في هذه الحياة.**

نمو اللغة والكلام

إننا معشر الكبار نعيش في عالم من الكلمات والعبارات والحديث والاستماع، والتي نأخذها على أنها أمر طبيعي في حياتنا اليومية، والتي قد لا نفكر فيها كثيراً كما أننا نمشي ونتنفس. إلا أن الأمور أعمق من هذا العرض السطحي. **فاللغة ليست فقط مجرد وسيلة للتخاطب مع الآخرين، وإنما هي جزء حيوي وأساسي من الهوية الذاتية لكل واحد منا**، وهي كذلك للقراءة والتعلم، ولتسجيل أفكارنا ومشاعرنا، وللتفكير وفهم الحياة والعالم، ولفهم ذواتنا وأنفسنا، ونستعملها لفهم وحي كلام الله الخالق.

ومن المألوف عادة أن يتكلم الوالدان مع ولدهما وحتى في الأيام والأسابيع الأولى في حياته، وربما غنّوا له. وهذا كله مما يساعده على التعرف والألفة لصوت البشر من حوله، ومما يشجّعه على إصدار أصواته الخاصة به، سواء للتعبير عن ألمه وجوعه، أو لمجرد اللعب والتسلية. **إلا أن من العجائب الرائعة في الحياة والدالّة على عظمة الخلق والخالق، هو ما يحدث ما بين الشهر الرابع والسادس من تطور الولد عندما يدخل مرحلة إصدار التصويت والتمتمة**. حيث يبدأ بإصدار مجموعة واسعة من الأصوات المختلفة الخفيفة وهو في منتهى البهجة والحبور، وكأنه يستمتع بهذه المهارة الجديدة التي يمتلكها. وتعتبر مرحلة التصويت والتمتمة ظاهرة طبيعية مغروسة في فطرة الولد. ولا علاقة لظهور هذه المرحلة باللغة والأصوات التي يسمعها من أبويه، **فكل أطفال العالم وبغض النظر عن ثقافتهم ولغة قومهم وبيئتهم يمرون بهذه المرحلة ويصدرون نفس الأصوات**. وحتى الولد المصاب بفقدان حاسة السمع منذ الولادة يظهر هذه الأصوات في بداية حياته ﴿وَعَلَّمَ ءَادَمَ ٱلۡأَسۡمَآءَ كُلَّهَا﴾ [البقرة: ٣١].

والغالب أن هذه الأصوات ليست دليلاً على النمو الاجتماعي، فالولد

يصدر هذه الأصوات سواء بحضور أبويه أو عندما يكون بمفرده، وهي في هذه المرحلة المبكرة ليست وسيلة للتواصل الاجتماعي مع الآخرين.

من التصويت إلى الكلمات:

وتعتبر مرحلة التصويت هذه مرحلة عابرة قبل امتلاك ملكة التكلم والحديث. فبعد مدة قصيرة من إصدار هذه الأصوات سيصل الولد لمرحلة نطق الكلمات الأولى في حياته. إلا أن كيفية تحقق عملية النقل هذه تعتبر من عجائب الحياة ومعجزة الخلق الرباني. فالكلمات جزء من عمليات كثيرة معقدة ومركبة، فهي أصوات نصدرها لنرمز من خلالها إلى عالم الأشياء والأحداث من حولنا. **وحتى يفهم الإنسان دلالات هذه الأصوات وما ترمز إليه فإنه يحتاج للكثير من التعلم**. وهناك نظريات وتفاصيل كثيرة في كيفية حصول هذا الأمر.

ومن خلال الوقت يبدأ الولد يدرك أن بعض الأصوات التي يصدرها تتوافق مع بعض الأصوات التي يسمعها من أبويه. ومن ثم يعمد إلى تسجيل هذه الأصوات وتكرارها، وفي ذات الوقت يبدأ بترك الأصوات التي لا تتقارب مع ما يسمعه من بيئته، **وهنا يبدأ الولد العربي يفترق عن الولد الصيني أو الإنكليزي أو الهندي أو الماليزي**..

ويمكن للولد في مرحلة التصويت هذه أن يلتقط أي لغة في العالم، لأن أصوات مرحلة التصويت تكون من التنوع والشمول بحيث تمكنه من التلفظ بأي حرف أو صوت. **إلا أنه بعد فترة تتحدد أصواته بأصوات أبويه وقومه**.

ونجد أن الولد الفاقد لحاسة السمع وبعد المرور في مرحلة التصويت يبدأ يدخل عالم الصمت لأنه لا يسمع أصواتاً من أبويه أو ممن حوله، ولا يجد أصواتاً ليقلدها ويكررها، فحتى أصواته التي يصدرها في مرحلة التصويت لا يدري بوجودها. **ولذلك فمن المهم جداً تشخيص حالات فقدان السمع في وقت مبكر جداً لأننا يمكن أن نحسّن حاسة السمع في بعض الحالات، وبذلك نساعد الولد على تطوير مرحلة التصويت إلى مرحلة الكلمات والكلام**. بينما في حالات الصمم الكامل أو في حالة عدم انتباهنا إلى ضعف السمع فسيتجاوز الولد مرحلة التصويت، ويدخل عالم الصمت،

ويفقد القدرة على إخراج الأصوات من غير أن يتعلم أية لغة، ويدخل عالم البكم إلا من بعض الأصوات غير الناضجة وغير المميّزة.

نمو الكلام في المراحل الأولى:

بعد أن يدخل الولد مرحلة التصويت في الأشهر الأولى من عمره **فالأفضل له أن يسمع من حوله أصواتاً وكلمات ومحادثات، وعلى الوالدين أن يتكلما معه ويُسمعانه أصواتهما.** ويمكن للأم مثلاً أن تحدثه وتشرح له ماذا تفعل خلال نهارها وهي تقوم بأعمالها المعتادة، وتخبره كم تحبه، وتتكلم معه عما يدور في المنزل. ويمكنها حتى أن تسأله رأيه فيما يريد أو فيما يدور من حوله وكأنه يفهم! طبعاً لن يدرك الولد مدلول الكلام ومعنى ما يسمع، ومع ذلك فستلاحظ الأم كيف ينظر إليها عندما تتكلم معه، ويتفحص حركات شفتيها، ويبدو وكأنه يحاول أن يسمع بانتباه. وقد ينظر أحياناً وكأن على وجهه علامات استغراب لما يسمع من أمه، وكأن على محياه علامات الحكمة والمعرفة بما تقصده والدته!

ويفيد الأم كذلك أن تقلد الأصوات التي يصدرها ولدها، وتكررها على مسمعه. وستلاحظ أنه يعود هو من جديد ليكررها مقلداً لها. وكل هذا ينمّي قدرته على التصويت وإخراج الحروف وتسلسلها، والتحكم بفمه وحنجرته، ويقوي أيضاً حاسة الاستماع والملاحظة.

ويمكن للأم أو الأب أن يقوما بـ«جلسات محادثة» طويلة مع ولدهما. حيث يصدرا الأصوات وينتظراه ليأخذ دوره ويصدر أصواته و«يقول كلمته» في الموضوع. ولا ننسى أن هذا لا ينفع فقط مجرد الكلام واللغة وإنما يساعد بدوره على النمو الاجتماعي، وعلى التفاعل مع الآخرين، والارتياح لهم وبناء العلاقات معهم، وعلى إيجاد القدرة على جذب انتباه الآخرين.

وطبعاً لن يستطيع الولد إصدار كل الأصوات والكلمات دفعة واحدة، ولكن سيتقدم من (آه، آه) إلى (بابا، مي مي). والغالب أن يكرر (باباباب، مي مي مي مي) ومن ثم (داداداد، نانانانا، ماماماما) وسنلاحظ تمكنه من إصدار الأحرف الصوتية قبل الأحرف الساكنة.

ومن الطبيعي أن يبتهج الأهل بسماع (بابا) و(ماما) لشعورهما بأنه

يتكلم عن أمه وأبيه. وفي البداية سيصدر الولد هذه الأصوات بشكل عفوي، إلا أنه سرعان ما يربطهما بالدلالة على والديه عندما يلاحظهما يكرران هذه الأصوات بكل بهجة وسرور، وبذلك تصبح هذه أولى «الكلمات» التي يتلفظ بها. ولا غضاضة أبداً أن يحاول الآباء إصدار أصوات مشابهة لأصوات الولد في مرحلة التصويت، وعليهما أن يجعلا من هذا الأمر عملاً ممتعاً للجميع.

ولا يقلق الأبوان إن تأخر الولد قليلاً في إصدار هذه الأصوات، فهذه المرحلة قد تبدأ ما بين (٤ ـ ٦) أشهر، إلا أن بعض الأولاد قد لا يصدر الأصوات إلا وهو في النصف الثاني من السنة الأولى. ولم تثبت حتى الآن أي علاقة بين سرعة إصدار الأصوات المبكر وسرعة تعلم اللغة، أو تأثير ذلك على نوعية وجودة لغته. وكذلك لا يدل مجرد ظهور مرحلة التصويت على أن الولد طبيعي النمو تماماً، أو أنه خال من المشكلات. وكما ذكرنا فحتى الولد الأصم يصدر هذه الأصوات، وكذلك الولد الذي يمكن أن يتبين بعد زمن أنه مصاب بالتخلف العقلي أو الإعاقة الجسدية. ومع ذلك تبقى مرحلة التصويت علامة حسنة بالإضافة إلى أنها ممتعة ومعْلَم هام على طريق نمو الولد وتطوره. **وإذا قلق الآباء على تطور ونمو ولدهم فيبقى الأولى استشارة أخصائي الأطفال.**

وتستمر عادة مرحلة التصويت ما يقارب الثمان أشهر، لتختفي تدريجياً مع بداية الولد في استعماله المناسب للكلمات. ويمكن للولد حتى الذي تجاوز عمره مرحلة التصويت أن يصدر مثل هذه الأصوات، سواء عندما يتحدث مع ألعابه، أو عندما يتحدث مع من يتخيّل من أشخاص. وقد يعود الولد لمرحلة التصويت عندما يكون مع من هو أصغر منه سناً كأخيه أو أخته الصغار. ولا داعي للخوف والقلق من هذ الأمر. ولا ينفع توبيخ الولد على عمله هذا، وإنما يمكن أن يقال له وبشكل هادئ (حسناً، هكذا تتحدث أختك الصغيرة) ويتابع الأبوان معه الاستعمال المناسب للكلمات، متجاوزين الأصوات الطفلية التي يصدرها، ولا يعيروها اهتماماً كبيراً. وهو سيتجاوز هذه المرحلة في مدة قصيرة.

وقد يلاحظ هذا التراجع إلى الأصوات الطفلية عندما يكون الولد منزعجاً أو يريد أمراً من أبويه. ربما لأنه يجد هذه الأصوات مريحة له ومهدئة

لأعصابه. ولا يفيد للوالدين أن يعطيا الانتباه الكبير لمثل هذا السلوك إن كان نادر الحدوث، ولكن إذا تكرر كثيراً فقد يدل على أن الولد غير مرتاح لسبب ما، فهو يحاول أن يهرب مما حوله بالعودة لأيام زمان عندما كان صغيراً يشعر بالأمن وهو يصدر هذه الأصوات المحببة. ويمكن للأبوين أن ينظرا في طبيعة ما جرى وما يمكن أن يكون قد أدى إلى هذا التراجع في السلوك.

ونلاحظ من الجدول المرفق في آخر هذا الفصل كيف أن **النمو اللغوي يبدأ في مرحلة مبكرة ومن ثم يتسارع بعد السنة الأولى من العمر.**

ونفرق عادة بين «اللغة الفاعلة» و«اللغة المنفعلة». فاللغة الفاعلة هي الكلمات التي يتلفظ بها الولد ويستعملها بشكل فاعل. بينما اللغة المنفعلة هي الكلمات التي يفهمها الولد عندما يسمعها ولكنه لا يستطيع بعد التلفظ بها. ومن الطبيعي أن يكون نمو اللغة المنفعلة أسرع من الفاعلة، إلا أن الولد وباستمرار ينقل الكلمات من الشكل المنفعل إلى الفاعل حيث يبدأ باستعمالها، وينطبق هذا على كل إنسان يتعلم لغة ثانية جديدة.

وإذا استمعت إلى ولد وهو يتحدث فستلاحظ كيف أنه يبدأ تدريجياً بضبط كلامه وفق القواعد اللغوية. ولكن الطفل لا يتعلم القواعد من مجرد تقليد الكبار، وإنما يحاول أولاً أن يطوّر قواعد اللغة وفق ما يناسبه. **والكثير مما يسمى «أخطاء الأولاد القواعدية» إنما هي نتيجة محاولة الولد أن يطبق قواعد اللغة والكلام التي يتعلمها.** فقد يقول مثلاً: (تفاحة أنا) بدل (أعطني تفاحة) ومثال (بابا ذهب) بدل (بابا جاء). ومن المهم هنا أن يتم تصحيح كلامه بصبر وبشكل لبق ولطيف، فأنت لا تريد أن تُوقفه عن المبادرة والتجربة في استعمال الكلمات وتركيب جمل جديدة. **ولتحاول أن تشعره كم أنك تحبّ أن تسمع كلامه وحديثه، وأنك تريد مساعدته ليستطيع الكلام ليعبّر عن نفسه وعما يريد.**

ومن المراحل الهامة والمثيرة في استعمال اللغة عندما يكتشف الولد استعمال الضمائر، وإن كان يحتاج لبعض الوقت للتفريق بينها. فمثلاً يسمعك تتحدث إليه فتقول له: (أنت) و(لك)، ويستغرب أنه عندما يريد هو التحدث عن نفسه فعليه أن يقول: (أنا) و(لي). ولذلك قد يمر في مرحلة يشير فيها إلى نفسه بـ(أنت) و(لك). **ويفضل ألا يبالغ الأهل في تصحيح مثل هذه**

الأخطاء، لأن الولد سيبدأ خلال فترة وجيزة بفهم الفروق بين هذه الاستعمالات. **والمهم أن يتابع الكلام واستعمال اللغة، ويحاول ويجرب بدل أن يكون دوماً دقيقاً وصحيحاً فلا يتكلم ولا يجرب.**

وينطبق الأمر كذلك على أخطاء في نطق الأحرف والكلمات، فبعض هذه الأخطاء والتغييرات في نطق الكلمات مردها إلى أنه قد يسمع الخطأ من أحدٍ يتلفظ بهذا الشكل، أو أنه يستمتع بسماع هذه الطريقة من اللفظ. **وحاول أن تساعده ليرى كيف أن في اللغة متعة كبيرة، وأنها وسيلة مفيدة للتخاطب مع الآخرين**. وحتى لو استعمل الولد كلمات خاصة به من تركيبه ليشير بها إلى بعض الأشياء فيبقى هذا أمراً حسناً لأنه دليل على أنه قد أدرك أن الأحرف والكلمات تشير وترمز إلى الأشياء والمسمّيات. إن تعلم اللغة وإمكانية الرمز للأشياء بعبارات وكلمات ليس فقط من الأمور الهامة بل من الأمور العجيبة لقدرة الخالق في هذا الإنسان.

ولنفكر قليلاً كيف يتعلم الولد أمراً بسيطاً ككلمة (ولد) عندما نريد أن نشير إليه، وكذلك إلى كل ولد آخر خارج المنزل مهما كان شكله أو عمره، وحتى أيضاً إلى الأولاد في الصور. كل هذه التفصيلات قد لا ننتبه إليها نحن الكبار لأننا قد تجاوزنا هذه المرحلة. وربما كان الأمر أعقد من هذا في استعمال الأفعال، عندما نرمز لعمل أو فعل معقد مركب بصوت كلمة واحدة مثل (أكل). وهناك أيضاً استعمالات الأزمنة المختلفة، والصفات وغيرها.. وكل هذا يشير إلى مدى ذكاء هؤلاء الأولاد، وكيف أنهم يكتشفوا ويتعلموا كل هذه الأمور للمرة الأولى في حياتهم.

ويفضل أن يتجنّب الأهل استعمال الألفاظ الخاصة التي يصطنعها الأولاد عندما يصبح الولد قادراً على الاستعمال الصحيح للكلام. ولكن في نفس الوقت أن تؤخذ الأمور بهدوء وحكمة، وأن يُفتح المجال للولد ليستعمل أحياناً بعض هذه الألفاظ والكلمات. ولا تقلق عليه فهو في الغالب سينمو ويتجاوز هذه المرحلة دون مشكلات.

ومن عادة الولد وخاصة بين سن ٣ ـ ٧ سنوات من العمر أن يولع وينجذب لبعض الألفاظ والكلمات كالأسماء مثلاً، فيأخذ بتكرار هذه الأسماء. وقد يضيف إليها بعض الأحرف والأصوات الإضافية ليتغنى بها

ويكررها. وقد يعود هذا السلوك لولعه الشديد بالأصوات ومخارج الحروف. ولا يفيد هنا طبعاً منعه من التلفظ أو تكرار هذه الكلمات، فالموضوع بالنسبة له لا يتعدى أن يكون لعبة ممتعة بهذه الألفاظ والأصوات.

ضوضاء الأولاد:

إن الأطفال بطبعهم ضوضائيون يصدرون الأصوات باستمرار، ولذلك إذا فهم الأهل هذه الحقيقة فسيوفّرون على أنفسهم الكثير من العناء والجهد الضائع في محاولة تهدئة الولد. ولا شك أن الأهل يريدون من الولد أن يوفق بين رغبته بالضوضاء وبين رغبة بقية أفراد الأسرة بوقت هادئ في المنزل.

ومن الصعب على الولد أن يلتزم بهذا الأمر حتى ولو تشدد الأهل كثيراً في معاملتهم وحزمهم معه. **ولا يفيد هنا أن نجعل من الولد مخلوقاً هادئاً لا صوت له ولا حراك، فالولد يحصل على متعة كبيرة لمجرد إصدار الأصوات.** والأهم من ذلك أن هذه الأصوات تعطي الولد متنفّساً للتعبير عن مشاعره وعواطفه. فعندما يكون الولد في حالة إثارة وانفعال فإنه يعبر عن ذلك من خلال التصويت، وإذا كان غاضباً فكذلك يُخرج ذلك بالأصوات، وما بينهما فإنه يتابع الحديث والثرثرة إما مع الآخرين أو حتى مع نفسه تعليقاً عمّا يفعله.

ويفيد للأهل أن يتوقعوا أن وجود ولد في المنزل يعني وجود الطاقة والحيوية والضوضاء والأصوات. ومن شأن تكرار الأهل لعبارات (اخفض صوتك لقد شعرتُ بالصداع) أن يجعل الأمر صعباً جداً على الولد. فهذا الهدوء المصطنَع المفروض عليه سيدفعه لكبت طاقاته في داخله، فإذا به نزق المزاج، سريع الغضب، وإذا به يفرغ إحباطه ومشاعره السلبية في شكل سلوك مخرّب موجَه إلى ألعابه أو غيرها من الممتلكات. ولا شك أن الولد السليم سيكون ممتلئاً بالحيوية والنشاط، وسيكون دائم الحركة منذ الصباح الباكر وحتى آخر الليل. ولذلك فهو بحاجة إلى الكثير من الأنشطة لتصريف هذه الحيوية والنشاط، سواء الأنشطة العضلية الجسدية أو الأنشطة الصوتية. ولا بأس أن يحاول الأهل تصريف هذه الطاقة من خلال الأنشطة المفيدة إن استطاعوا ذلك، وإلا فعليهم ألا يحاولوا كبته ومنعه من الحركة، وألا يعطوه انطباعاً أنه ولد مُتعب ومزعج بسبب حيويته ونشاطه.

رفع الصوت الفجائي:

إن من وسائل الإنسان في التنفيس عما امتلأ في نفسه هي أن يرفع صوته أو يطلق صرخة. وقد يظهر هذا السلوك حتى عند الولد في سنته الأولى من عمره، فإذا به عندما ينفعل يطلق صرخته العالية. ويمكن أن نشبه هذا بصرخة المحارب أو لاعب الكاراتيه. ففي مثل هذه المواقف من القتال أو الصراع يصدر الإنسان صوتاً عالياً ليعبّر عن استعداده للمواجهة، وليشحذ همّته، وكذلك ليرهب خصمه. ويفيد أن ينظر الأهل إلى هذه الصرخة في هذا الإطار، أي أنها صرخة الإنسان الحيّ المتفاعل مع الحدث، والمستعد للمواجهة والدفاع عن نفسه. ولا شك أن الذي يصرخ قد يُسرّ عندما يرى آثار صرخته من خوف أو انزعاج على وجه خصمه، مما قد يزيد عنده القناعة بجدوى هذه الصرخة وتأثيرها.

وقد يرتكس الآباء لمثل هذه الصرخة بالانزعاج والانفعال، وقد يصاحب ذلك استعمال نفس الوسيلة التي يحاولون علاجها عند الولد، فيصرخ الكبير أيضاً صرخته القتالية في وجه «خصمه» الصغير! والغالب أن لا يتوقف الولد عن هذا السلوك مهما حاول الآباء بهذا الأسلوب. وعلينا أن نذكر أنه قد يصعب عليه أن يضبط نفسه، **وأن علينا ألا نشجعه على مزيد من الصراخ بصراخنا نحن**. وعلينا ألا نعطيه الانطباع أن الأمر منافسة وتحدٍّ لنرى من يسكت أولاً.

الولد الكثير الكلام:

ومن الأمور التي يشتكي منها الآباء أحياناً أن ولدهم كثير الكلام، فهو دائم المحادثة لا يسكت، ولا يكاد الأهل ينعمون بالاستراحة والاسترخاء، أو القيام بعمل منزلي أو تسلية دون «إزعاج».

إن الولد الذي يتحدث ويتكلم إنما هو ولد مُنطلق محبّ للاختلاط بالآخرين والعالم من حوله. فعلى الأهل أن لا يقلقوا أنه سيكبر ليصبح واحداً من هؤلاء الذين يكثرون من الثرثرة والكلام ويزعجون الناس من حولهم. وقد يوجد عند الكبير المصاب بمثل هذا النوع من المشكلات أزمة نفسية بحيث يشعر أن عليه الاستمرار بالكلام ليجذب اهتمام الناس إليه، أو قد يكثر الكلام

ليهرب من البقاء صامتاً مع أفكاره! إن الولد الذي يتكلم كثيراً لن يصبح بالضرورة من مثل هؤلاء، فالصغير يتكلم بسبب حبه للحوار مع الآخرين، وبسبب عقله المحب للاستطلاع، وحيويته المتفجّرة.

وإذا وجد الآباء تعباً من هذا السلوك فليذكروا كم يتعلم ولدهم من خلال هذا الكلام وهذه المحادثات. وليذكروا أن الحديث معه الآن وهو في مرحلة الرغبة بالكلام أفضل بكثير من تركه ليصل بعدها لفترة يمرّ بها الكثير من المراهقين عندما يشعرون بصعوبة كبيرة بالحديث مع آبائهم.

أسئلة الأولاد:

والعادة أن يبدأ الولد وهو في عمر ٣ ـ ٤ سنوات بالسؤال المستطلع عن العالم من حوله بسؤال: (لماذا؟) مئات المرات في اليوم الواحد. (لماذا تفعل هذا؟) و(لماذا الضوء منير؟) و(لماذا الثلج أبيض؟) و(لماذا يهطل المطر؟) و(لماذا البندورة حمراء؟)..

وقد يستعمل سؤال: (أين؟ وماذا؟ وما هذا؟ ومن هذا؟..). ولكن يبقى السؤال الذي يتعب الأهل كثيراً هو سؤال (لماذا؟) بعد كل أمر يُطلب منه القيام به. فمثلاً: (لماذا عليّ أن أنظف أسناني؟) و(لماذا آكل؟) و(لماذا أغيّر ملابسي؟)..

إن القاعدة الجوهرية في التعامل مع أسئلة الولد هي أن يُنظر إليها على أنها جزء من عملية التعلم الطويلة في حياة الولد، وأن يحاول الأهل إجابته على أسئلته بشكل معقول قدر الإمكان، وأن يعطوه المعلومات التي يحتاج. وليتجنبوا إجابات من مثل: (عليك أن تفعل ذلك لأنني أنا أقول لك هذا) ومن مثل: (الأمر هكذا لأنه هكذا). وأن لا يثبطوا من همّته بقولهم له: إنه مزعج ومتعب بهذه الأسئلة. فالولد محبّ للاستطلاع لأن العالم من حوله كبير ومليء بما هو جديد وملفت للنظر. وهو لا يعرف عنه حتى الآن إلا القليل، ويريد أن يعرف أكثر وأكثر.

أبق إجاباتك بسيطة وواضحة، وابتعد عن تعقيد الأمور، فلا تشرح له تفاصيل الفيزياء والكيمياء لمجرد أن سألك: (لماذا تشعّ النجوم في الليل؟) و(لماذا يأكل الخروف الأعشاب؟).

ويسأل بعض الآباء أحياناً إذا كان من الضروري عليهم أن يشرحوا للولد أسباب القيام بكل عمل يطلبونه منه، أم عليه أن ينفذه دون شرح، وخاصة إذا شعروا أن الولد إنما يسأل ليتهرّب من التنفيذ والعمل. من المقبول من الناحية النظرية أن يكون مجرّد طلب الأب أو الأم كافياً، ولكن من الأفضل لا شك أن يكون للإنسان ولد يطيع والديه عن بصيرة ومعرفة بما يفعل وبأسباب هذا العمل. فهذا الولد سيكبر ليصبح إنساناً متعاوناً. وحتى ولو لم يوافق على الأسباب التي يذكرها الآباء فعلى الأقل سيقدّر الولد تسامح وصبر والديه، وسعيهما لشرح الأسباب والدوافع. بينما إذا اقتصر الوالدان على مجرد قول: (عليك أن تفعل هذا لأني أقول لك هذا) فهذا سيُظهر الوالدان بموقف المستبد بالرأي الذي يضع القوانين ولا يبالي إن فهمها الولد أو لم يفهمها. إننا نُفرق بين أن تشرح له الأمور ومن ثم يقوم بالعمل سواء وافق أم لم يوافق على المبررات، وبين أن لا يقوم بالعمل حتى يقتنع الولد بالأمر. **لا شك أن الولد سيحاول بكل الوسائل التهرب من الأعمال التي لا يرغب فيها، ومهمة الآباء أن يحددوا ما هو المطلوب عمله. والذي أدعو إليه هنا أن يرافق هذا التحديد بعض الشرح والتعليل للولد.**

إن من الأمور التي يقدرها الأولاد كثيراً في آبائهم هو العدل والموضوعية، أي أنك مستعد لتحمّل جهد الحديث والشرح للولد. وكذلك أن تكون طريقة تعاملك معه مثابرة ومستمرة على نفس الأسس والضوابط، وأن تستطيع رؤية وجهة نظره، وأن تكون على استعداد للاقتناع بأمر إن ذكر لك أسباباً معقولة لذلك. **وإذا رآك ولدك عادلاً فأنت على الطريق السليم لإقامة علاقة جيدة حميمة معه، علاقة تصمد أمام رياح مشكلات الطفولة والمراهقة حتى الكبر.**

تكلم معه ليتكلم معك:

ومن النتائج الجيدة التي يجنيها الآباء الذين يتحدثون مع ولدهم ويجيبون على تساؤلاته أن هذا العمل يشجع الولد على الاستجابة اللطيفة والحسنة مع أبويه. **فإذا كنت منفتحاً ونزيهاً مع ولدك، وتأخذ تساؤلاته باهتمام وجدٍّ، فإن ولدك لن يُمانع أبداً عندما تطرح عليه أسئلتك في المستقبل.** إن الآباء الذين يشكون ويتذمّرون من أن ولدهم لا يُخبرهم أبداً بأمور حياته وما يجري معه، إذا سألتهم فسيعترفون لك أنهم بدورهم لم

يكونوا ليهتموا بتساؤلات ولدهم في السنوات الأولى من عمره، ولم يبذلوا جهداً أو وقتاً في الحديث معه عن أمورهم وما يجري معهم في حياتهم إلا نادراً. لقد أبعدوا ولدهم عن حياتهم وهو صغير والآن يستغربون لماذا يعاملهم هو بنفس الطريقة!

كلما شاركت ولدك الآن، كلما شاركك في السنوات القادمة. ومع ذلك فمن غير الواقعي أن نتوقع منه كولد أو مراهق أن يخبرنا بكل شيء في حياته، ومن حقه أن يحتفظ ببعض خصوصياته، ولكن إذا أردته أن يثق بك وينفتح لك، ويخبرك بما هو هام فثق به الآن **وافتح لك صدرك وتحدث معه**.

شجّع على نمو اللغة والكلام:

إن السنوات الأولى من حياة الولد تقرر مستقبله في استعمال اللغة. فمفردات جيدة غزيرة، ومهارة في بناء الجمل سيعطيه بداية ممتازة في عالم اللغة والكلام والخطاب والكتابة. وسيمكنه من التعبير عن أفكاره ومشاعره، وسيساعده على تطوير قدرة عالية من التفكير، وعلى حُسن الاستماع والفهم للآخرين. ومما يعيق الولد ويفقده الكثير من الفرص أن يكون فقير اللغة والكلمات، وضعيف القدرة على التعبير. فتقدمه في المدرسة سيكون بطيئاً، وتأثيره على الآخرين سيكون محدوداً، وضعف قدرته على التعبير عما في نفسه سيصيبه بالإحباط، وستنخفض كثيراً متعته في الكتابة والقراءة. ولكل هذا **فمساعدة الولد في تطوير لغته يعتبر من الأمور الهامة جداً التي تقدمها لولدك**.

واذكر هنا بعض التوجيهات المفيدة في تطوير اللغة:

١ ـ **تكلم معه قدر ما تستطيع، واستعمل اللغة في وجوده**. حاول مثلاً أن تصف له أشياء وأحداث، واشرح وفسّر له الأمور، وأجب على تساؤلاته. وفي كل ذلك ابقِ لغتك بسيطة واضحة، واستعمل كلمات يستطيع فهمها، فالولد يملّ بسرعة من الجمل الطويلة المعقدة، ومن الأفكار التي لا يستطيع استيعابها.

٢ ـ **استمع له**. فعندما يريد أن يعبّر عما يريد بكلمات فلا تتسرعه، ولا تعطه الانطباع أنك في عجلة من أمرك للقيام بعمل هام. كن صبوراً، وأبْدِ اهتماماً بما يحاول أن يقوله، ولا تجعله يشعر أن عليه أن يتكلم بسرعة وإلا أعرضتَ وصرفتَ عنه انتباهك.

٣ ـ **شجعه على استعمال الكلمات كلما كان هذا ممكناً**، فكثير من الأولاد يتقنون كيف يعبرون عن الأشياء وما يحتاجونه بالإشارة إليها أو بالصراخ. فساعده على التعبير عما يريده أو لا يريده بكلمات مفهومة. ولكن لا تبالغ في هذا حتى لا يشعر بالإحباط وخيبة الأمل. وحاول أن تحافظ على شيء من الدعابة والمرح أثناء ذلك. وفي نفس الوقت ساعده ليرى كيف أن الكلمات أمر مثير وممتع ومفيد في التعبير الدقيق والتخاطب مع الآخرين.

٤ ـ **شجّعه على جهوده التي يبذلها**، ولكن لا تبالغ في هذا حتى لا يصبح هدف كلامه مجرد حصوله على انتباهك وإطرائك. ويكفي أن تبتسم في وجهه عندما يتكلم ويستعمل الكلمات بشكل سليم، وأن تقول له: (هذا جيد أو حسن).

٥ ـ **صحّح له الأخطاء بلطف، ولكن حاول أن تتجنب التصحيح كلما فتح فمه ليتكلم، لأنه قد يؤثر الصمت بدل الحديث والمحاولة**. وليكن تصحيحك له قصيراً وبسيطاً. وإذا ارتكب عدة أخطاء في جملة واحدة فصحح له منها خطأً واحداً فقط. لا تقل له: إنه أخطأ، وإنما أعطه التعبير الصحيح البديل، أو قل له: «إننا نقول عادة كذا بدل كذا..» ويمكنه إذا أراد أن يكرر من بعدك الكلمات الصحيحة، ولكن لا تصرّ عليه في هذا، وهو إذا سمعها مرتين أو ثلاثة فسيفهمها من نفسه ويتعود عليها.

٦ ـ **لا تتسرع لتكمل له جملته إن أبطأ، أو تزوده بالكلمة** التي وقف عندها. ولكن انتظر لحظات لترى إن كان يستطيع أن يكمل الجملة أو يجد الكلمة المفقودة بنفسه. وإذا اعتقدت أنه يعرفها فحاول مجرد تذكيره مثلاً بآخر مرة استعملها أو مرّت معه، وبذلك فإنك تساعده على استعمال ذاكرته وتفكيره.

٧ ـ **﴿اقْرَأْ وَرَبُّكَ الْأَكْرَمُ﴾ [العلق: ٣] اقرأ له، فالقراءة أمر ممتع ومثير للغة والكلام**. وكلما زاد استماعه لقراءتك له، وكلما استمتع بهذه القراءة كلما زاد عدد الكلمات التي يلتقطها ويتعلمها. وهو سيدرك عندها جمال اللغة وروعتها كأداة مفيدة للحوار والتعبير. ومما يفيد أن يبدأ الإنسان بالقراءة وفتح الكتاب منذ المراحل الأولى من عمره حيث لا يعرف الولد بعد شيئاً عن القراءة والكتابة.

٨ ـ لا تضغط عليه أو تفرض عليه استعمال اللغة والكلام والقراءة. صحيح أن الولد يمكن أن يتعلم اللغة بسرعة ولكن هناك حدود لهذه السرعة. فدورك أن تتيح له الفرص المناسبة التي تمكنه من تطوير لغته بدل أن تكون كمدرّس تجبره على التعلم. إنك إن ضغطت عليه وأردته أن يسرع في التعلم فإنه سيشعر أن اللغة غير ممتعة، وقد يصبح عصبياً وقلقاً تجاه اللغة والكلام.

الطفل المتأخر الكلام:

تختلف عند الأولاد سرعة تطور اللغة والكلام، كغيرها من أشكال التطور والنمو. وإذا لاحظت أن ولدك أبطأ من غيره من الأولاد فليس هذا بالضرورة مشكلة مقلقة، **فالكثير من العظماء في التاريخ كانوا ممن تأخر بالكلام في طفولتهم، إلا أنهم قضوا بقية حياتهم يعوّضون عما فاتهم في صغرهم.**

وليس هناك من علاقة حتمية بين تأخر الكلام من جهة وبين تدني مستوى الذكاء، أو ضعف التحصيل المدرسي في المستقبل من جهة ثانية. ولكن **إذا اعتقدت أن عند ولدك مشكلة في هذا الجانب فالأولى أن تتحدث في هذا مع طبيب الأسرة الذي قد يرغب بالحديث معه،** وسؤالك بعض الأسئلة، ويمكنه بعد ذلك أن ينصح في الموضوع. وليس هناك فحص معين للأطفال الصغار قبل سن المدرسة، ولكن سيقارن الطبيب تطور اللغة والكلام مع جدول النمو الطبيعي للغة الأولاد. *(انظر آخر هذا الفصل)*.

فإذا كان ولدك مثلاً لا يستطيع التلفظ ببعض الكلمات المفهومة وهو في سن الثانية فاستشر خبيراً في الأمر كطبيب الأسرة. وخاصة إذا اعتقدت أن تأخر الكلام عنده ناتج عن مشكلة أخرى كضعف حاسة السمع. **وكلما أسرعنا في تشخيص مثل هذه الحالات المرضية كلما استطعنا أن ننقص من تأثيراتها السلبية الدائمة المعيقة لتطور الولد.**

وإذا كان تأخر الكلام جزء من تأخر عام في عدد من الأمور كتأخر الجلوس، أو تأخر انتباهه إلى الأشخاص والأشياء من حوله، فطبيبك سيكون طبعاً مدركاً لهذا التأخر، وهو سينصح بما يمكن عمله من فحوص واختبارات.

وإذا تعلم ولدك اللغة ولكن تأخر بعض الشيء فعندها يفيد الانتباه الخاص للتوجيهات العامة التي ذكرناها، وخاصة إشعاره بحاجة اللغة للتعبير عن الأشياء والأشخاص والاحتياجات. ولا شك أن تأثير دور الحضانة قبل المرحلة المدرسية مفيد جداً في تطوير اللغة والكلام عند الولد المتأخر الكلام، بحيث يضطر الولد للاحتكاك والتخاطب مع غيره من الأولاد في دار الحضانة ممّا يسرّع هذا النمو. وإذا افتقدت دور الحضانة فيفيد التعويض عن ذلك بفتح المجال للأولاد باللقاء واللعب مع بعضهم. **ومهما كان الأمر فلا تجعل الولد يقلق على لغته وكلامه، فهذا القلق سيزيد إعاقة نموّه أكثر.**

مشكلات أخرى للكلام:

قد يتكلم الولد أحياناً في الوقت المناسب إلا أنه تظهر عنده صعوبات أخرى في الكلام. ومن هذه الصعوبات أخطاء في لفظ الكلمات، وتبديل حروف الكلمة الواحدة، فبدل أن يقول مثلاً: (عصام) قد يقول: (مصام)، وبدل (تفاحة) يقول: (تحاحة) وهذه ظاهرة طبيعية عند الأولاد.

وإذا لاحظت عند ولدك صعوبة في إخراج بعض الكلمات أو الأحرف كحرف الراء مثلاً، أو أن يتلفظ بنصف الكلمة ولا يكملها، فلا تقلق من هذا. صحيح أن كل الآباء يريدون لولدهم ألا تكون عنده صعوبة في الكلام ولكن **طالما أننا استطعنا أن ننفي وجود مرض عضوي جسدي فالغالب أن يتجاوز معظم الأولاد هذه المرحلة ويستقيم كلامهم.**

التأتأة:

ومن الأمور المشاهدة أحياناً أن الولد يحاول الكلام إلا أن الكلمة لا تخرج من فمه رغم كل الجهد الذي يبذله. وقد يُخرج صوتاً مكرراً عدة مرات سريعة قبل أن ينتقل إلى الكلمة التالية. ونسمي عادة التردد أو التكرار في النطق بالتأتأة. وهي أكثر انتشاراً عند الذكور، كمعظم مشكلات الكلام.

وتحدث التأتأة لأسباب نفسية أكثر منها عضوية، ولذلك فهي لا توجد عادة منذ الولادة، وإنما بعد فترة من النمو والتطور الطبيعي، فتظهر فجأة عندما تبدأ العوامل النفسية بالتأثير على حياة الولد.

فما هي الأسباب يا ترى؟

الغالب أن يكمن الخطأ في نوعية علاقة الولد بالآخرين من حوله. فقد يصبح قلقاً عندما يتكلم لأنه يجد صعوبة في جذب انتباه الآخرين، أو أن يشعر أن عليه أن يسرع بالكلام وإلا انصرف الآخرون عنه لأنهم دوماً في عجلة من أمرهم، وليس عندهم وقت لينتظروه حتى يقول كل ما عنده بهدوء. **وعندما تظهر التأتأة فإنه يجد صعوبة كبيرة في التخلص منها، ويصبح أكثر حرجاً وقلقاً عند كلامه مما يزيد في المشكلة.** وإذا وُجد من يسخر منه على طريقة كلامه فهذا مما يسيء للأمر بشكل كبير ويعقّد المشكلة. وعندها يفقد الولد ثقته بنفسه وبقدرته على مخاطبة الناس بشكل طبيعي.

ويقال أحياناً: إن التأتأة تظهر بشكل فجائي عقب صدمة نفسية شديدة كحالات تعرّض الأولاد للعنف الشديد كالحروب والاعتداءات. **ولكن من أكثر أسباب التأتأة ما يجري في المنزل عندما يغضب أحد الوالدين من الولد فيكلمه بغضب معنفاً له على عمل قام به، ولا يتيح له الفرصة للحديث الهادئ للدفاع عن نفسه،** بينما يحاول الولد لاهثاً أن يتكلم ويعلن براءته، أو حتى ليعبّر عن اعتذاره. وكذلك عندما يضغط الآباء على الولد ليتكلم في عجلة وسرعة في أمر من الأمور.

فإذا أصيب الولد بالتأتأة فلينظر الآباء في طبيعة تعاملهم مع الولد وبما يمكن أن يكون قد جرى من أحداث. هل الولد واقع تحت ضغط أو شدة سواء متعلقة بالكلام أو غيره من السلوك؟ هل هو قلق مشغول البال بأمر من الأمور؟ هل هو يحاول الكلام بسرعة ليجذب الانتباه إليه؟ وإذا كان الجواب لأي من هذه الأسئلة بنعم، فعلى الوالدين أن يحاولا تخفيف هذا الأمر.

وربما كانت توقعات الوالدين مرتفعة جداً مما يُشعر الولد بالضغط والحرج ليكون دوماً عند حسن ظنّ أبويه فيه. وربما كان أحد الأبوين واقعاً تحت ضغط من أمر ما داخل الأسرة أو خارجها، بحيث أصبح عصبياً سريع الغضب والانفعال، والذي ينصبّ بدوره على الولد. وليحاول الأهل الصبر، وأن يعطوا الولد الوقت والرعاية، ويشعرانه بالمحبة له، ويساعداه على الشعور بالأمن. وفيما يتعلق بالتأتأة فلا تحاول أبداً أن تتسرعه بالكلام، وإنما قل له أن يأخذ كل ما يحتاجه من الوقت، وأن لا عجلة في الأمر، ويساعد على الاسترخاء وعدم الارتباك والقلق فيما يتعلق بالكلام. واستمع له باهتمام ورعاية وكأنه يتكلم بشكل طبيعي دون صعوبات.

ولا تشر إليه أبداً أنك منزعج أو خجل أمام الناس من أسلوب كلامه، ولا

تحاول أن تُكمل له الكلمات التي يتأتأ فيها فهذا لن يساعده. وأشعره بأنه ولد هام جداً في حياتك، فله أن يأخذ كل الوقت الذي يحتاج للكلام عما في نفسه.

ومما يساعد أحياناً أن يُشجع الولد على الهمس الخفيف، أو الكلام بصوت منخفض لأن من الأولاد من يتأتأ فقط عندما يتحدث بصوت مرتفع، فالصعوبة هنا ليست في قدرة الفم على النطق بالكلمة وإنما في القدرة على إخراج صوت هذه الكلمة بشكل سليم. ولذلك يفيد أحياناً القيام ببعض الألعاب التي يقوم فيها كل لاعب بالهمس في أذن الآخر. وعندما سيلاحظ الولد أنه يستطيع أن يتكلم ويعبّر عن نفسه بالهمس فإن هذا سيرفع من معنوياته وثقته بنفسه، وسيبدأ الكلام بشكل صحيح.

ومن الطرق الأخرى المساعدة هي الغناء والإنشاد. فمعظم من يتأتأ بالكلام تجده لا يتأتأ بالغناء. **ولذلك يفيد التغني والترنّم بالآيات القرآنية والأبيات الشعرية والأناشيد والقصائد، وخاصة الإنشاد المشترك مع الآخرين.**

وانتبه ألا تستهزأ به، أو تسمح لأحد أن يغيظه أو يسخر من أسلوب كلامه. وإذا قام بذلك أحد إخوته أو أخواته فتكلم معه على انفراد أن كل إنسان يحب أن يتكلم بشكل طبيعي، وإذا كان كلامنا طبيعياً فعلينا أن نساعد من عنده صعوبة في هذا الأمر. ويجب أن يُشرح للأولاد أن الاستهزاء بالآخرين وإغاظتهم من الأمور المؤذية والمؤلمة لهم.

ومن خلال العطف والتفهم والصبر سيتحسّن كلام معظم الأولاد. ولكن **إذا استمرت الصعوبات الكلامية فتحدث عندها مع طبيب الأسرة أو الأخصائي النفسي، والذي قد يحوّل الولد إلى أخصائي المعالجة الكلامية.**

تعلم لغتين أو أكثر:

يسأل بعض الآباء وخاصة الذين يعيشون في بلد أجنبي غير البلد الأم، إذا كان نمو الولد سيتأثر من خلال نشأته في منزل ثنائي اللغة، حيث يتحدث أفراد الأسرة بلغتين. ويسألون إن كان عليهم أن يقتصروا على استعمال لغة واحدة حتى يتقنها الولد تماماً، وبعد ذلك يُدخلون اللغة الثانية؟ أو هل يتركون الولد يلتقط اللغتين معاً؟ أو أن تكون هناك لغة واحدة «أصلية» والثانية أقل أهمية؟ وهل سيتأخر تفكير الولد أو قدرته اللغوية والذكائية لأنه

لا يركز اهتمامه على مجرد لغة واحدة؟ وهل يمكن أن يصاب بصعوبات نفسية وعاطفية بسبب تعلم اللغتين؟

لا شك أن هناك بعض الأولاد ممن يعاني نتيجة النمو في بيئة ثنائية اللغة، ولكن بالمقابل هناك من يكتسب الكثير من الإيجابيات في مثل هذه البيئة. **والنقطة الأهم في الموضوع ليست مجرد عدد اللغات وإنما أسلوب تعامل الأسرة مع هذه اللغات داخل المنزل**، وفي كيفية تقديم اللغات للولد.

ولأذكر هنا بعض التوجيهات من أجل الاستفادة من البيئة المزدوجة اللغة:

١ ـ قدّم الولد أولاً بشكل سليم إلى لغة واحدة، وفي حالاتنا هي اللغة العربية. فتقديم قائمتين من الكلمات لكل شيء في حياة الولد من شأنه أن يشوشه. وإن تعليمه العربية أولاً سيجعل التقاطه لها أسهل وأسرع، وسيجعل نطقه أسلم وأفصح. وسنلاحظ أن التقاطه للغة الثانية سيكون سريعاً.

ولنأخذ مثلاً الولد العربي الذي يعيش مع والديه في بلد أجنبي. فإن هذا الولد سيدبّر أموره خارج المنزل من غير أن يحتاج للغة العربية، ولذلك فيفضل أن تبدأ في المنزل بتعليمه العربية لغته الأم ولغة دينه وقرآنه، بينما سيلتقط اللغة الأجنبية من البيئة من حوله.

٢ ـ ومع تعليمه العربية كلغة أولى افسح له المجال ليستمع إلى اللغة الثانية الأجنبية، وحتى إن لم تتحدثوا بها في المنزل. فليستمع مثلاً إلى المذياع والتلفاز، وإلى أحاديث الناس.

نعم تكلموا العربية في البيت فهذا لا شك هو الأفضل دوماً، وهو من خلال سماعه للغة الأجنبية سيدرك أن هناك طريقة ثانية للتخاطب غير العربية التي يستعملها مع أسرته في المنزل، وسيأخذ هذا الأمر كشيء طبيعي دون إشكال.

٣ ـ بعد أن يبدأ الولد بإتقان اللغة الأولى وامتلاك مفرداتها، وفهم تعابيرها وتركيباتها فسيبدأ بالتقاط اللغة الأجنبية بسهولة من خلال التعرض لها. وبعد أن يبدأ استعمال اللغتين معاً، يمكن عندها أن يبدأ الأهل بالحديث معه أو القراءة له باللغتين. ولا شك أن هذا سيتطلّب وقتاً أكثر من الأهل. ويفيد بعد هذه المرحلة محاولة المقارنة بين اللغتين بأن نذكر عبارات باللغة الأولى ونشرح له كيف نعبّر عن نفس المعنى باللغة الثانية.

لا شك أنه يحتاج إلى العربية لغة أهله وقومه ودينه ولذلك يحتاج إلى عربية سليمة. وهو في ذات الوقت إذا كان سيعيش فترة طويلة من عمره في البلد الأجنبي مع أبويه فهو لا شك سيحتاج أيضاً إلى لغة أجنبية قوية.

٤ ـ **لا تنفع أبداً محاولة إجبار الولد على استعمال لغة واحدة** من دون الثانية، فاللغة وسيلة هامة للتعبير عن الذات، **وعلى الولد أن يشعر بالحرية للحديث عما في نفسه بالكلمات التي يختارها**، والتي تناسبه وتناسب ما في نفسه في ذلك الموقف. وقد تتحدث إليه أحياناً بلغة فتجده يجيبك باللغة الثانية، وليس في هذا بالضرورة من مشكلة. ومن الطبيعي أنك تريده أن يركز أكثر على اللغة العربية داخل المنزل طالما أنه يتعرض بما فيه الكفاية للغة الأجنبية خارج المنزل. ولكن لا يفيد أن يُشعَر الولد أن هناك ما هو معيب أو مخجل في استعمال اللغة الأجنبية. **ولننتبه إلى أننا قد ندفع الولد للابتعاد عن اللغة العربية عندما نفرض عليه استعمالها عندما لا يريد.**

٥ ـ **لا شك أن مما ينمّي قدرة الولد على اللغة العربية واللسان السليم تلاوة القرآن وحفظه**، فابذل الجهد المستطاع في تعليمه هذا. وحاول أن تستعمل معه الألفاظ العربية السليمة في الكلام داخل المنزل. ومن المؤسف أن ينشأ ولد لأبوين عربيين ولكنه لا يتقن العربية، على الأقل في نطاق الكلام والحديث.

٦ ـ **تأكد من توفر المواد الثقافية في المنزل باللغتين**، وذلك من كتب وصحف ومجلات. وخاصة باللغة العربية لأولاد العرب الذين يعيشون في بلد أجنبي، ليشعر الولد أن لغته الأم وهي العربية لها استعمالاتها الحياتية والثقافية خارج المنزل في المجتمعات العربية، لأنه لا يرى في حياة المجتمع من حوله إلا اللغة الأجنبية.

٧ ـ **ومن المهم أن يتفق الأبوان على سياستهما المتبعة في المنزل فيما يتعلق باللغة والكلام، وأن يواظبا على هذا الاتفاق باستمرار.** فلا يمكن لولد أن تنمو قدرته اللغوية وقدراته الأخرى في جو أسريّ غير مستقر وغير منسجم.

ونلاحظ من خلال ذلك أن الموقف السليم تجاه اللغات سيجعل ولدك يستفيد كثيراً من اللغتين، وستتوسع آفاقه من غير أي أثر ضار على ذكائه أو قدرته التفكيرية والمعرفية، بل على العكس من ذلك. ومع هذه القدرة على استعمال لغتين سيسهل عليه تعلم لغة ثالثة، كما هو الحال في بعض المناهج المدرسية، وسيكون الولد ذو ثقة لغوية في نفسه.

جدول النمو اللغوي

شهر ٣:	ـ يضحك للأصوات المألوفة. ـ يصدر بعض الأصوات.
شهر ٦:	ـ يصدر أصواتاً من حروف واضحة (أأأ ـ أداه ـ ماه ـ دو..).
شهر ٩:	ـ يظهر قاعدة واسعة من الأصوات (مرحلة التصويت). ـ يفهم عدد قليل من الكلمات التي يسمعها باستمرار (بابا ـ ماما ـ دادا..).
شهر ١٢:	ـ يصوّت بحرية وراحة أكبر. ـ يقلد أصوات الكبار. ـ يفهم دلالات بعض الكلمات المتكررة الاستعمال.
شهر ١٥:	ـ استمرار مرحلة التصويت، وقد يخرج الكلمة الأولى.
شهر ١٨:	ـ يفهم مزيداً من الكلمات الشائعة. ـ يشير إلى بعض الأشياء عندما يُذكر له اسمها (صحن ـ طاولة..). ـ ينفذ بعض الأوامر البسيطة (افتح فمك..). ـ يتمتم لنفسه وهو يلعب بمفرده. ـ يستعمل ما يزيد عن (٢٠) كلمة شائعة. ـ يستمتع بأغاني وأناشيد أمه، ويحاول أن يغني معها.
سنتان:	ـ يحب الاستماع لأحاديث الكبار. ـ يتلفظ بما يزيد عن (٥٠) كلمة، ويكررها عندما يُطلب منه ذلك. ـ يستعمل جملاً قصيرة من ٢ ـ ٣ كلمات. ـ يغني وينشد الأغاني التي يسمعها.

سنتان ونصف:	ـ يدرك معنى الكثير من الكلمات التي يسمعها. ـ يستعمل ما يزيد عن (٢٠٠) كلمة. ـ يُكثر استعمال الجمل القصيرة، ولكن بدون ضبط القواعد (قواعد طفلية). ـ يستعمل ضمائر (أنا ـ أنت..). ـ يتحدث مع نفسه بوضوح. ـ يعرف أسماء كل من حوله من الأشخاص. ـ قد يُتأتأ بالكلام لأنه يرغب بالحديث بسرعة. ـ يسأل (ماذا؟ ـ مَنْ؟..). ـ يستمتع بالاستماع للحكايات والقصص.
ثلاث سنوات:	ـ معرفة أوسع بالكلمات واستعمالاتها، ولكن بقواعد لغوية طفلية. ـ يستعمل كلمات الجمع والظروف (فوق ـ تحت..). ـ أحاديث طويلة وهو يلعب بمفرده. ـ يسأل (أينَ؟) وربما استعمل (لماذا؟). ـ شغوف جداً بالحكايات والقصص والأناشيد، ويحفظ بعضها. ـ يعدّ من (١) إلى (١٠) رغم عدم فهم معنى الكميّات لأكثر من (٣). ـ يفهم ويستعمل أسماء الألوان (أحمر ـ أصفر ـ أزرق) وربما (أخضر).
٤ سنوات:	ـ فهم للكلمات كفهم الكبار. ـ استعمال واسع للكلمات. ـ استعمال جيد للجمل والعبارات، مع قليل من القواعد الطفلية المتبقية. ـ استعمال وفهم جيد لسؤال (لماذا؟).

العمر	الخصائص
	ـ يُعطي وصفه للأحداث والوقائع، وغالباً ما يخلط الحقيقة بالخيال. ـ يركب القصص ويصطنعها. ـ قد يقرأ بعض الكلمات، ولكن عن طريق حفظها لا عن طريق تحليلها. ـ يعرف عُمره وعنوان منزله. ـ يستسيغ ويفهم النكتة المضحكة. ـ يدرك مفهوم زمن الماضي والمستقبل. ـ يعدّ حتى (٢٠) أو ما بعدها مع بعض الفهم للكمّيات حتى (٥). ـ استعمال أفضل لأسماء الألوان.
٥ سنوات:	ـ استعمال للكلمات مقارب لاستعمال الكبار. ـ يكثر من السؤال عن معاني الكلمات المجرّدة (النصر ـ الأمانة ـ الصدق..). ـ يحفظ تاريخ ميلاده. ـ أكثر فهماً وتقديراً لمفهوم زمن المستقبل. ـ يستوعب مفهوم وقت الساعة، وقد يقرأ الساعة. ـ يقرأ عدد من الكلمات البسيطة. ـ يصنّف الألوان المتماثلة مع بعضها حتى العشر ألوان، ويعرف أسماء بعضها.

نمو الذكاء

يعرّف الذكاء بأنه عبارة عن قدرة الإنسان على رؤية العلاقات بين الأشياء، واستعمال هذه العلاقات لحلّ المشكلات. وبناء على هذا التعريف ـ وهناك تعاريف كثيرة للذكاء ـ فكلما أعطيت ولدك فرصة لرؤية ومعرفة وفهم علاقة الأمور ببعضها، وكلما أعطيته فرصة لاكتساب الخبرات والتجارب كلما زادت عنده القدرة الذاتية على رؤية هذه الأمور والتعامل معها. وسأذكر بعد قليل بعض الطرق العملية التي تساعد على هذا النمو.

ولا يرى أغلبية الأخصائيين النفسيين بالرأي الذي يقول في (أن الذكاء أمر ثابت موروث بالولادة ولا تأثير للبيئة فيه). فمثل هذا الرأي له مضارّه الواضحة حيث يقول الناس: «إذا لم يلد الولد ذكياً فإنك لن تستطيع فعل شيء معه». ولا شك أن الإنسان يرث الكثير من القدرات والقابليات عند الولادة، وهذه القدرات تختلف من ولد لآخر. **ولكن مع وجود البيئة المناسبة للتعليم والتوجيه فحتى الولد الذي لم يلد بقدرات ذكائية عالية كحالة الولد الذي يصاب برضوض الدماغ** يمكنه أن يتعلم كيف يتعامل ويتصرف مع الكثير من الحالات.

ولا شك أن هناك أولاد يحتاجون لرعاية وتعليم وتوجيه أكثر من غيرهم وحتى ضمن مجموعة الصف المدرسي الواحد. ودوماً هناك مزيد يمكن للولد أن يُحصّله إذا قدمنا له التعليم والرعاية المناسبة، وعلمناه بصبر وأناة، أو بحثنا عن أفضل الطرق التعليمية المؤثرة والمناسبة لهذا الولد بالذات.

ويعتمد الكثير من هذا التحصيل على مدى ثقة الولد بنفسه واستعداده للإقدام والتجريب من غير خوف من الفشل أو تردد، ومن غير الحساسية الزائدة للنقد وآراء الناس.

ويستخدم الأخصائي النفسي عادة اختباراً للذكاء يسمى (IQ) حيث

تكون النتيجة بقيمة (١٠٠) وهي تعادل المستوى الطبيعي عند معظم الناس، ويبقى الذكاء بين (٩٠ ـ ١١٠) ضمن الحدود الطبيعية. بينما يشير ما هو أقل من (٩٠) إلى ما هو دون الحد الطبيعي، وما هو فوق (١١٠) إلى ما فوق المستوى الطبيعي. **إلا أننا يجب أن نحذّر ونحن نستعمل هذه الأرقام إلى أنها لا تشير إلى أمر ثابت كما هو الحال في طول الإنسان ووزنه مثلاً.** فالذكاء أمر أكثر تعقيداً من مجرد رقم، والذكاء يشير إلى أنماط من السلوك، وإلى قدرة الإنسان على حلّ المعضلات والمسائل. ولتوضيح الأمر أكثر، تصور أن أجنبياً أتى إلى وسط المدينة التي تعيش فيها في وقت الازدحام وسط النهار، ويريد أن يبحث عن مكان إلا أنه لا يتكلم لغة المدينة، ولا يعرف شوارعها، والناس في عجلة من أمرهم. فكم من الصعوبات والعقبات التي ستعيق حركة هذا الإنسان، والذي قد يصفه الناس بأنه مضطرب وقليل الذكاء، مع أنه قد يكون في بلده قادراً على القيام بأعقد الأعمال التي تنم عن «ذكاء» شديد. فأين ذهب ذكاء هذا الإنسان؟ فالرقم الذي يدل على ذكائه في الاختبار الذي ناله في بلده لا يعني الكثير هنا في الموقف الجديد، وقد لا يفيده في شيء.

صحيح أن الإنسان عندما يتعرض لمثل هذا الاختبار فإننا سنتعرف على ذكائه وكيفية تصرفه في واقع الحياة، إلا أننا لا نستطيع أن نجزم بالتنبؤ بمعرفة سلوكه في الحياة الواقعية بشكل أكيد.

وكلنا نسمع عن الرجل «الحاذق» و«الذكي» جداً في تخصصه إلا أنه يعجز عن حلّ مشكلات صغيرة خارج تخصصه. أو السيدة التي تتقن عدداً من اللغات الأجنبية إلا أنها لا تعرف عن ميكانيك سيارتها. أو الشاعر والمؤلف الذي يكتب أروع القصائد والروايات إلا أنه لا يعرف أن يحلّ أبسط المسائل الحسابية. أو العالم المتعمق في تخصصه إلا أنه يكاد يعجز عن التعبير عن مشاعره بكلمات واضحة. وكل هذه الأمثلة تشير إلى أنه **يمكن لإنسان أن يكون حاذقاً في أمر، ولكنه عاجز في أمور ومشكلات أخرى.**

فما هو دورك كأب أو أم في مساعدة الولد على نمو ذكائه؟

من المهم أن تحاول أن تفتح لولدك فرصاً واسعة لتنمّي عنده الانتباه

والقدرة على حلّ المشكلات والمسائل. وتجنّب التوقعات غير الواقعية، ولكن من غير أن تعتقد أيضاً أنه محدود القدرة والإمكانات. وحتى إن كانت عنده بعض الصعوبات المدرسية فلا تستنتج من ذلك أنه «فاشل» دراسياً أو تعليمياً. فهذا الاستنتاج قد يؤثر كثيراً على تقدمه ونموه. ونحن من خلال توقعاتنا نفرض على الولد سلوكاً معيّناً يؤثر عليه وعلى حياته.

فكر في أعمال بسيطة بمقدور ولدك القيام بها، واقض معه بعض الوقت الإضافي للقيام بالأعمال التي يجد فيها صعوبة كوظيفته المدرسية. وحاول أن تنمّي فيه الشعور بالثقة، والشعور بأن التعلم أمر ممتع ومفيد. ولنذكر أن فشل الولد أحياناً قد ينتج من تراكم بعض الأمور الصغيرة بحدّ ذاتها إلا أن تراكمها وتجمعها يكون له الأثر الكبير على الولد. ومثال ذلك التغيّب عن درس هنا، وسوء فهم معلومة صغيرة هناك، أو جرح شعوره من كلمة سمعها من المعلمة، أو علامة ضعيفة في مادة من المواد تُضعف ثقة الولد بنفسه، أو استهزاء الأولاد بعمله وإنتاجه أو أخطائه. وقد يكون الفارق بين النجاح والفشل مجرد تجمع مثل هذه الأمور «الصغيرة» التي يتساهل فيها الآباء. ويفيد للآباء أن يحاولوا تذكر كيف كانت مشاعرهم وحياتهم عندما كانوا في مثل عمر ولدهم، وبذلك يستطيعوا مساعدة الولد.

ويجب أن يشعر الولد أنه مهما حدث معه داخل المنزل أو خارجه أن بإمكانه دوماً الحديث معك في الأمر. وإذا شعر الولد بأنك ستغضب إذا أخبرك بأنه لم يحصل على علامة جيدة في الامتحان الرسمي، أو أنه عُوقب من قبل معلمته على عمل عمله فإنه لن يخبرك بهذه الأمور، وبكل ما يجري معه ليتجنّب غضبك الذي يزيد في عدم ارتياحه وانزعاجه. وبدل أن يتعرض لتأنيبك فسيحاول أن يلوذ بالصمت. ولذلك أشعره بأنه مهما حدث ومهما كان الأمر فأنت دوماً موجود لتستمع إليه بتفهم وهدوء، ومن دون أن تتهجم عليه باللوم والأحكام والنقد. **وهذا لا يعني طبعاً أنك لا ترشده إلى الخطأ وإلى ماذا عليه فعله في المستقبل، وإنما يعني أن تكون دوماً عادلاً ومساعداً ومؤيداً له**.

وهذا يدل أيضاً على أنك تفهم أن قدرة الولد على حلّ الصعوبات الحياتية قد تكون محدودة في السن المبكرة من حياته. **لأننا كثيراً ما نفترض**

أن الولد إذا أخطأ فلأنه قد تعمّد الخطأ، ولذلك قد نظن أن بمقدوره ببساطة أن يتعمد عدم الخطأ والسلوك الصحيح، وأن علينا أن نستمر بتنبيهه وتوجيهه حتى يستجيب لطلبنا. ولذلك نجد الولد يتلقى اللوم والعتاب حتى يصل إلى مرحلة يبدأ هو أيضاً بلوم نفسه وتأنيب ضميره لأنه قد «تعمّد» العمل السيء، فاحذر أن تقع في هذه الحلقة المعيبة. وإذا تعرض الولد لبعض الصعوبات التعليمية في المدرسة فحاول أن تبحث عن السبب الحقيقي. هل لأن المعلمة لا تشرح الأمور بشكل مناسب، أم هل لأن الولد يخاف من الاقتراب من معلمته ليسألها، أم لأنه لم يستوعب بعض المعلومات الأساسية ولذلك فهو لا يتقدم، أم لأنه غير مرتاح من حضور المدرسة، أم لأنه غير سعيد في المنزل لسبب ما.

ولا شك أن من أسباب صعوبة التعلم عند الولد أنه لا يسأل معلمته أن تساعده. وقد يُلام بعض المعلمين لهذا الأمر، إما بسبب ردود أفعالهم العنيفة على أخطاء الولد، أو لأنهم لم يعلموه أن ارتكاب الخطأ عنصر أساسي في عملية التعلم، بحيث يقرن الولد بين الخطأ والفشل. ولذلك فهو يعتاد أن يخفي أخطاءه بدل أن يسأل عن مكان الخطأ وكيفية التصحيح، ومن ثم يلجأ إلى التحايل.

وقد لا تستطيع أن تغيّر كثيراً من سلوك المعلمة، ولكن **يمكنك أن تشرح لولدك أنه لا خجل من ارتكاب الخطأ، وأننا كلنا يرتكب أخطاء ولكن علينا أن نحسن استخدام هذه الأخطاء لنتعلم منها ونتعرف على كيفية تجنبها في المستقبل**. وعلمه بسلوكك وردود أفعالك أنه لا يحتاج لستر أخطاءه وإخفائها، وأنه يجب أن لا يخشى شيئاً من البوح بهذه الأخطاء. وهذا لا يساعد فقط في تعليم الولد، وإنما يزيدكما اقتراباً من بعضكما. ونذكر أن أفضل الأصدقاء من تستطيع الذهاب إليه عندما تحل بك مشكلة أو صعوبة ما، ومن يقدم لك المساعدة بدل أن يلومك على أن وقعت في هذه المشكلة. ويقول كثير من الآباء عندما يسمعون أن ولدهم قد وقع في مشكلة «لو أنه قال لنا منذ البداية!» ولكنهم ينسون أن الولد قد تعلم من تجاربه السابقة أنه إن أخبرهم فستزداد مشكلته وتتعقد أكثر.

النمو الأخلاقي والديني

من المعروف أن الولد في السنوات الأولى من حياته يجد صعوبة في فهم واستيعاب المفاهيم المجردة وخاصة قضايا الدين والأخلاق، ومفاهيم الخطأ والصواب. ولكن لننتبه هنا إلى أننا نحن الكبار من آباء وأمهات نستعمل أحياناً مقاييس الصواب والخطأ كما يناسبنا وحسب رغباتنا. فالصواب عندنا مثلاً أن يكون الولد مطيعاً وهادئاً عندما نريده أن يكون هادئاً، وأن لا يزعج الضيوف، وأن يرتب غرفته، وأن لا يكون عنيداً، والخطأ هو عكس ذلك السلوك. ومن السهل أن نفهم لماذا يتخذ بعض الآباء هذا الموقف من الخطأ والصواب، ولكن علينا أن لا نبالغ في هذا الاستعمال.

وإذا تذكرنا أن الإنسان يكتسب انطباعه عن نفسه في هذه السنوات من خلال موقفنا منه، فهو سيشعر أنه «جيد» إذا فعل ما تريد منه، وسيشعر أنه «سيئ» عندما لا ينفذ ما تريد بغض النظر عما إذا كان هذا الفعل عادلاً بالنسبة له أم لا. ويجب أن لا ننسى أن للولد أيضاً حقه في شيء من الحرية والاستقلال. ولا شك أنك تريد لولدك أن ينمو وعنده القدرة على التفكير الذاتي، وأن يقوم بالأعمال الحسنة لأنها في ذاتها حسنة، ويتجنب الأعمال السيئة لأنها سيئة، لا أن يعيش بمجرد القواعد الجاهزة التي فرضت عليه من قبل والديه.

ويفيد هنا أيضاً أن نفرّق بين الحلال والحرام وبين ما نريد وما لا نريد. فإذا أردنا الولد أن ينام في الساعة السابعة مثلاً فلا نشعره أنه «حرام» أن لا يفعل هذا. **ومن الملاحظ أن بعض الآباء يعطون أفكارهم ورغباتهم الكثير من البُعد الديني في محاولة لفرض رغبتهم على الولد.** وسينشأ الولد في هذه الحالة وهو يحمل الكثير من مشاعر الذنب والشعور بأنه ارتكب «حراماً» لأنه لم يرتب غرفته مثلاً. **وقد يشعر بالذنب الديني كلما حاول أن يدافع عن موقفه أمام أي إنسان أكبر منه لأنه قد تلقى من والديه أنه «حرام» أن يناقشهما أو أن يدافع عن نفسه أمامهما!**

نعم على الولد أن يتعلم احترام حقوق الآخرين ومشاعرهم، ولكن هذا لا يأتي من خلال أن نكرر عليه أنه «سيئ» وأنه يرتكب «الحرام» كلما تحرك أو فعل أمراً. وإنما يأتي هذا التعلم من خلال إعطائه بعض القواعد البسيطة والمفهومة مع شيء من الشرح والتفسير. ومن خلال أن نشعره أنه هو أيضاً له حقوقه ومشاعره كالآخرين. وعلى الوالدين أن ينظما أمور حياتهما في المنزل آخذين بعين الاعتبار وجود هذا الولد الصغير معهما، لا أن يتصرفا وكأنه لا وجود له. فمثلاً بدل أن نشتري قطعة أثاث سريعة الكسر ونقول له أن لا يتلفها أو يكسرها، قد يكون من الأفضل أن نؤخر شراءها حتى ينمو قليلاً ويستطيع ضبط نفسه.

حاول أن تبذل بعض الوقت معه تشرح له الفروق بين الأمور السيئة لأنها تزعجك وبين الأعمال السيئة أخلاقياً وشرعياً. فعدم إصدار الضوضاء باللعب عندما يريد الأب أن يرتاح قليلاً، وخلع الحذاء الملوث بالطين عند دخول المنزل عبارة عن أمور مساعدة للآباء يرتاحون لها، لا أن الضوضاء وعدم خلع الحذاء بحد ذاته خطأ أو حرام. بينما الاعتداء على ولد آخر أو أخذ ما ليس له فإنه أخلاقياً وشرعياً خطأ وحرام في كل الأحوال. فاشرح له كيف أن إصدار الضوضاء أثناء اللعب من الأمور المزعجة وأنه يمكنه مثلاً اللعب بهدوء أو تأجيله ليلعب في وقت آخر. وكذلك أنه يستطيع لبس هذا الحذاء الملوّث ولكن فقط إذا خرج ولعب في الحديقة. إلا أن ضرب الآخرين أو أخذ ما ليس له أمر خطأ بغض النظر عن الظروف والأوقات. وإذا سأل لماذا فيمكنك أن تقول له: إننا لا نحب أن يعتدي علينا أحد أو أن يأخذ ما هو لنا، وكذلك بالنسبة للآخرين. وسيستجيب الولد ويستفيد من مثل هذا الشرح ويتعلم أن للآخرين حقوقهم وحاجاتهم ومشاعرهم.

ويسهل عادة شرح الأمور الأخلاقية كالاعتداء والسرقة والكذب أكثر من الأمور المزعجة وغير اللائقة كالضوضاء وتلويث أثاث المنزل. فالولد يمكنه أن يفهم الأمور الأخلاقية وفهم عدم محبة الآخرين لهذه الأعمال، وقد يجد صعوبة في فهم لماذا ينزعج أبوه من ضوضاء اللعب، ولماذا تنزعج أمه من لبس الحذاء الملوث بالطين. ولا يريد الولد بطبعه أن يجلس هادئاً دون أصوات، وقد لا يفهم لماذا يصرّ أبوه أو أمه على الهدوء وعدم الضوضاء. فقد ينظر الولد إلى كل أعمال المنزل وحتى الطبخ والتنظيف على أنها ألعاب، ولذلك إذا طلبت منه أن يساعدك في عمل كتنظيف الأرض فهو

يتوجه إلى هذا العمل بكل حيوية ونشاط ولكن على أنه لعبة مسلية يريد أن يستمتع بها وإن سبّب لوالدته مضاعفة عملها في هذا المسح والتنظيف.

وكما ذكرنا في مكان آخر من هذا الكتاب أنه لا يفيد استعمال أسلوب «عليك أن تفعل لأني أنا أقول لك هذا»، بينما **يفيد أن تشير إلى ولدك أن الأسرة بكاملها تكون أسعد في الحياة عندما يحاول كل فرد أن يفكر في حاجات بقية أفراد الأسرة ومشاعرهم**. ولكن لا تتوقع المعجزات، فربما تتكلم مع الولد وتشرح له بهدوء أن لا يلعب بضوضاء فإذا به بعد دقائق يعود إلى لعبه بصوت مرتفع. **إن الولد في السنوات الأولى من عمره لا يتمتع بذاكرة طويلة الأمد، أو لا يملك القدرة على ضبط النفس للقيام بما يُطلب منه**. وحاول أن لا تفسر الأمر على أنه محاولة من الولد في العصيان المتعمد لطلبك وأوامرك، أو أنه دليل على عدم تعاونه وتجاوبه معك. فمثل هذا السلوك يعتبر من الأمور الطبيعية في المرحلة التي يمر بها الولد الصغير. ويمكنك طبعاً أن تذكره من جديد، فإذا عاد إلى اللعب فيمكنك أن تقول له: إنك ستأخذ اللعبة منه الآن، وأنه يمكنه استرجاعها في وقت آخر مناسب. وعندها يمكنك أن تأخذ منه اللعبة بهدوء ودون انفعال وهو يعلم تماماً لماذا أخذتها منه. وبذلك يتعلم درساً هاماً من هذا الحدث. وهذا أفضل بكثير من أن تغضب وتصيح بالولد أنه «عنيد» و«سيئ السلوك»! ويفيد بعد أخذ اللعبة أن تساعده على ملء فراغه بنشاط أو عمل آخر لينتهي الأمر عند هذا الحدّ من غير مضاعفات.

وربما يكون في مثل هذا التصرف إشعار للولد من أننا ندرك صعوباته في ضبط نفسه، ولذلك فنحن نساعده على هذا الأمر بأخذ اللعبة لنعيدها إليه في وقت مناسب، ومن غير أن نلومه أو نشعره بالذنب الشديد. **فعلينا جميعاً كأسرة واحدة أن نفكر ونتعاون في كيفية العيش المشترك على أفضل شكل ممكن.**

تعليم اللطف:

كلنا يتمنى أن يكبر ولده ليكون ولداً مؤدباً ولطيفاً مع الآخرين، فاللطف والرفق من الأمور الهامة في سير الحياة الاجتماعية. **وكما يقول الرسول ﷺ**: «.. **إن الرفق لا يكون في شيء إلا زانه**»[1] وكلما كان الولد لطيفاً مع الآخرين كلما

(١) حديث صحيح؛ «صحيح الجامع الصغير» (٤٠٤١).

كان رأي الآخرين فيه من مدرسين وأقرباء رأياً حسناً جميلاً. **وأفضل نوع من اللطف والرفق الذي يأتي من التفكير الحقيقي والإحساس الصادق تجاه الآخرين.** لأننا إذا فهمنا حاجات الآخرين واحترمنا رغباتهم فإننا سنكون أكثر تقديراً ومراعاة لهم من مجرد اتباع الآداب الاجتماعية باللطف. **ولذلك إذا شجّعت ولدك على تفهّم الآخرين واحترامهم فإنه سينشأ ليكون صاحب خلق لطيف ورفق بالناس.** ولكنه يبقى طبعاً بحاجة إلى من يعينه على تعلم الكلمات والعبارات المناسبة مثل: «من فضلك» و«شكراً» و«شكر الله لك» و«أتسمح لي بكذا». **وتبقى أفضل طريقة للتعليم هي القدوة الحسنة. فإذا كنت ممن يستعمل هذه العبارات والكلمات في حياتك المادية اليومية داخل المنزل وخارجه فإن ولدك سيلتقط هذا النمط من السلوك بشكل عفوي تلقائي.** وعليك أن تحثه منذ الصغر على استعمال العبارات المناسبة الاجتماعية في التعامل مع الناس، وبذلك سيتابع استعمالها في حياته اليومية.

ومن الملاحظ أن الولد قد يحاول التهرّب من مثل هذه العبارات في السنة الثالثة من عمره عندما يحاول أن يمارس حرية رأيه وشخصيته. ولكن **تبقى المرحلة المدرسية هي الوقت المناسب لتعليمه هذه الآداب الاجتماعية.** ويمكنك مساعدة ولدك على رؤية كيف أن قول «شكراً» و«من فضلك» وغيرها من الكلمات المناسبة ما هي إلا طرقاً نُظهر من خلالها شكرنا وتقديرنا لما يفعله الآخرون من أجلنا، وما يبذلوه من جهد، وأننا بذلك نطلب منهم المساعدة بدل أن نأمرهم بها. وأننا باستعمال هذه الكلمات سيكون الناس أكثر رغبة في تقديم المساعدة والعمل لنا، وبذلك ينتفع كُلٌّ من الطرفين. ولكن ومع ذلك لا تتوقع منه أن يستعمل هذه العبارات دوماً وفي كل المواقف. ومن المهم هنا أن نذكر أن طبيعة الصوت وكيفية النطق بهذه الكلمات يدلّ دلالة أوضح على حقيقة مواقفنا ومشاعرنا وما نريد قوله من مجرد العبارات والكلمات.

وهناك من الناس من يعتقد أنه إذا ربّى ولده على اللطف وحسن الخلق فإنه سيصبح ضعيفاً أمام الأولاد الآخرين مما يسهّل عليهم السيطرة عليه! ولذلك تجدهم يرغبون في ولدهم أن يكون عنيداً لا يستجيب للآخرين ولا يخضع لهم. **والملاحظ أن هؤلاء يخلطون بين اللطف والكياسة وبين الضعف والخضوع.** فاللطف لا يعني أبداً التذلل أو الخضوع للناس، أو عدم مطالبة الإنسان بحقوقه وماله عند الآخرين، وإنما يدل على الحكمة والتفكير، **فاللطف الاجتماعي يزيد الإنسان قدرة على التأثير بالناس وعلى ترك مشاعر**

طيبة فيهم. بينما الطلب الفجّ وغير اللطيف قد يدفع الناس لعدم الاستجابة للطلب. والولد لا شك سيقدّر هذه الأمور من خلال الزمن ومن خلال النمو والتجربة.

الصدق والكذب:

تزداد قدرة الإنسان على الإبداع والابتكار كلما كان أقدر على التخيل. فمن خلال قدرة الولد على السباحة في عالم الخيال يستطيع أن يستفيد أكثر من القصص والحكايات، ويستطيع أن يملأ نهاره بالأنشطة المتعددة والمبتكرة. ويفيد للآباء أن يساعدوا الولد على تنمية قدرته على التخيّل من خلال القصص والحكايات والصور والألعاب المختلفة، ومن خلال نوعية معينة من الأسئلة التي تثير عنده التفكير، وتطرح عليه الألغاز والمشكلات ليفكر في حلّ لها. ومثال هذه الأسئلة:

«يا ترى ماذا يحدث عندما نفعل كذا..»؟.

«ما رأيك؟ كيف يمكننا أن نقوم بهذا العمل»؟.

«يا ترى لماذا..»؟.

ولكن لنذكر أن الأولاد يعبّرون عن خيالاتهم بطرق مختلفة متنوعة، فمنهم من يخترع ألعاباً جديدة، ومنهم من يهوى الكتب الخيالية، ومنهم من يعمل عقله في كيفية صنع الأشياء والآلات وتفكيكها وتركيبها ليكتشف بنفسه طبيعة تكوينها. وقد تظهر عند بعض الأطفال في هذه المرحلة المبكرة بعض الميول الفنية أو العلمية.

وقد يقلق بعض الآباء أحياناً عندما يلاحظون كثرة خيالات الولد أو شدة وضوحها وخاصة عندما يعرض الولد قصة خيالية ليبرر بها عملاً قام به أو عملاً تهرب منه ولم يفعله. ويخشون أنه قد يكبر ليصبح معتاداً على «الكذب»، أو أن يكون مصاباً بمشكلة تربوية أو مرضٍ نفسيّ.

ولننظر قليلاً في قضية اصطناع الولد لقصة خيالية عندما يُسأل عن شيء مكسور في البيت، فإذا به يُظهر عدم معرفته بالأمر وأنه لا علاقة له به. وقد عزا كسر هذا الشيء إلى القطة أو اللعبة أو حتى شقيقه الصغير الرضيع!

وقد تشك الأم بالأمر وتشعر بالحيرة، وتسأل نفسها: هل هو بريء أو

هو الذي كسر هذا الشيء؟ وقد تتأثر الأم لفكرة أنها لا تستطيع أن تثق بصدق قول ولدها. وقد تشعر بالذنب ظانة أنها هي سبب تربيته على عدم الصدق. ولكن حقيقة الأمر أخفّ مما تتصور الأم، فالولد لن ينمو ليدخل عالم الجريمة، ولن تضعف علاقته بأمه، **فهو في هذه المرحلة من سنواته (٣ ـ ٤) قد يصعب عليه أن يفهم التفريق الدقيق بين الحقيقة والخيال، وقد لا يفرّق بوضوح كامل بين «حقيقة ما حدث» وبين ما يتخيّله هو على أنه قد حصل**. فهو يسمع منك الحكايات والقصص التي تثير خيالاته، والآن يريد هو بدوره أن يبتكر قصة لخيالاته، وقد يصدّق هو «حقيقة» القصة التي يحكيها، والتي قد تكون في ذهنه أكثر وضوحاً من حقيقة ما حدث.

ولا نقصد من هذا أن لا يهتم الأهل فيما يقوله الولد من «صدق وكذب»، وإنما أن هذا الأمر يحتاج للتفهم والتدبير بأسلوب سليم حكيم، فلا يفيد أن تغضب بسبب قصته الخيالية، فالغضب لن يغير من الأمر شيئاً، وسيصرّ الولد على قصته ويتمسك بها. وقد يغضب الولد بسبب غضبك ويصبح عنده الخوف من العقاب هو الدافع الأساسي لسلوكه وليس «حقيقة» ما حدث. وقد لا يفيد أيضاً أن يقال أنه إذا تكلم «الحقيقة» واعترف بذنبه فإنه لن يعاقب، فهذا قد يدفعه لتغيير قصته، و«الكذب» الحقيقي لمجرد أن يهرب من العقاب بينما هو لم «يكذب» في المرة الأولى.

والأولى أن تستخدم هذه الفرصة لتعليم الولد بعض التفريق بين الحقيقة والخيال. ولا شك أن على الأهل أن لا يسمحوا له بالهروب من المسؤولية بمجرد اختراعه للقصة وإلا فإنه سيتعلم أن ابتكار القصص وتركيبها عبارة عن وسيلة ناجحة للتهرب من المسؤوليات. ولذلك إذا شعرت أن الولد لا يقول حقيقة ما حدث فاشرح له بجدية واهتمام وهدوء أنه علينا في الحياة أن نعلم دوماً حقيقة ما يجري وكما هو. واشرح له مثلاً أنه إذا سألك ماذا عملت في ذلك اليوم فإنك ستخبره بحقيقة ما حدث وليس مجرد قصة خيالية. وأن على الإنسان أن يحاول نقل صورة ما جرى. ويفيد هنا إدخال كلمة «الثقة» وكيف أنك تصدّقه فيما يقول.

ومن الخطأ الذي يقع فيه بعض الآباء أن يكرروا استجواب الولد ومساءلته في صدق ما يقول. إن هذا التدقيق والاستجواب الذي ينمّ على عدم

الثقة به وعدم تصديق كلامه قد يدفع الولد لتغيير كلامه وقصته، ويشعر أنه لا ثقة للآخرين به، وأنه ليس أهلاً لثقة الناس. ويا حبذا لو يُشعر الآباء ولدهم بأنه دوماً محط الثقة وكفى. وحاول عندما تشرح مثل هذه الأمور «كالثقة» أن تراعي ثلاثة شروط. أن تشرحها في وقت قصير ودون إطالة، وبكلمات بسيطة يفهمها، ومع بعض الأمثلة العملية الواقعية. وإذا أصرّ الولد على قصته بعد كل هذا الشرح والكلام فأعطه في هذه المرة احتمال أن ما يقوله هو الحقيقة واترك الأمر عند هذا الحدّ دون تعقيد.

ويفيد أن تكرر عليه شرح الأمر في أوقات أخرى ولكن من غير خلق ضجة كبيرة حولِ الأمر. **ويفيد كذلك أن تسأل الولد أحياناً ليخبرك بأمر قد جرى رغم أنك تعلم الأمر وذلك من أجل أن تدرّبه على نقل ما حدث، وحتى لا يكون سؤالك فقط عند وجود مشكلة ما.** وسيعتاد على عدم الانزعاج عندما تسأله عن أمر قد جرى، وخاصة إذا كان هذا الأمر إيجابياً وحسناً. وإذا ابتعد الولد عن حقيقة ما حدث فيمكنك أن تشير عليه بلطف ليصف لك الحدث كما هو. وحاول أن تشجعه على الوصف الصحيح متجاهلاً بعض الأخطاء البسيطة في النقل طالما أنه ما يزال في مرحلة التعلم. وأنت تقصد تشجيعه على الثقة والانفتاح ونقل الخبر الصحيح، لا أنك تريد أن تمسك عليه بعض الأخطاء، أو أن تشعره بأنه لا يستطيع خداعك. وهكذا سيتعلم الولد مزيداً من التفريق بين حقيقة ما يجري وبين الخيال، ويتعلم كذلك كيف ينقل لك حقيقة الأمر بشكل صحيح ودقيق. ولا يمكنك بالطبع أن تتجنب كل الأعمال الخاطئة التي يقوم بها الولد ولكن حاول أن لا تخلق جواً مخيفاً مرعباً يدفع بالولد إلى التستر وإخفاء الحقيقة، وإنما حاول أن تتكلم معه حول الأمر بهدوء ومن دون تهديد بالعقاب، وإلا فقد يهرب من مواجهة الواقع والحقيقة عن قصد منه هذه المرة، وبذلك ندفعه للانحراف. وحاول أن تعرف ماذا وكيف وأين جرى الأمر، وكيف يمكن أن يتجنّب الأمر في المستقبل. وشجعه دوماً على ذكر «الحقيقة» وأبدِ له مدى سرورك منه بسماعك حقيقة ما جرى لأن هذا أمر هامٌ.

ومن الطبيعي أن يعترض بعض الآباء من أن هذا الأسلوب من المعالجة يحتاج لوقت وصبر، وأنهم يجدون صعوبة في توفير هذا، وأنه من السهل

والأسرع أن يعاقبوا الولد كلما ارتكب خطأ، وأن هذا كفيل بتعليمه ما يريدون. **ولكن لنذكر أمراً هاماً وهو أن المعالجة السليمة والحكيمة للأمور الأساسية في السنوات الأولى ستوفر الكثير من الجهد والوقت في السنوات المقبلة.** فعندما يتعلم الولد لماذا عليه أن يقول حقيقة ما حدث وأنك لن تسلط عليه شبح العقاب فسيرتاح بعدها للالتزام بالحقيقة، ويتعلم مواجهة مسؤولية أعماله. وسيتعلم كذلك أن الصدق والانفتاح عناصر هامة في علاقة المحبة والثقة. وسيشعر بأنه لا داعي للخوف في مثل هذه العلاقة الحميمة، ولا داعي للخوف من مواجهة «الحقيقة» والصدق. وإذا وقع يوماً في خطأ كبير فإنه يعرف أن باستطاعته إخبارك بالأمر، وبأنه سيلقى منك الاستماع والتأييد والمساعدة وليس الغضب واللوم والعقاب.

وقد يقوم ولدك أحياناً بعمل لا تستطيع تجاهله وإنما تشعر أن عليك أن تتحرى الأمر لتكتشف وبسرعة حقيقة الأمر. ومثال ذلك أن يعود ولدك من المدرسة ومعه شيء تعتقد أنه قد أخذه من أحد الأولاد في المدرسة، أو عندما تجد معه بعض النقود التي لم تعطه إياها. فمثل هذه المواقف تسبب الكثير من الحرج للأهل، فما العمل؟

إن الأولاد الصغار لا يملكون في سنواتهم الأولى الحسّ الدقيق فيما لهم وما لغيرهم، ويفيد هنا أن تعامل الولد بصبر وتأن. اشرح له أنك تشعر وكأنه لم يفكر في هذا العمل بشكل جيد، ولم يقصد أن يرتكب أمراً خطأ عندما أخذ هذا الشيء أو هذه النقود، وأننا جميعاً قد نشعر أحياناً بدافع أخذ ما ليس لنا، ولكننا لا نحب كذلك أن يأتي أحد لأخذ ما هو لنا، ولذلك علينا أن لا نمدّ أيدينا لما ليس لنا. أخبره أنك تشعر بأنه قد أخذ ما ليس له، وأنك لست غاضباً وإنما تريد أن تعرف حقيقة ما حدث. ولا تحاول هنا أن تغريه بشراء لعبة أو غيرها إذا أخبرك بالحقيقة فإن هذا قد يشجعه على تكرار ما حدث ليحظى على مزيد من الإغراء منك. وإذا لم تظهر حقيقة الأمر فيمكنك أن تعود للموضوع في فرصة أخرى ليعرف أنك لن تترك الموضوع يمرّ من دون معرفة الحقيقة. **وإذا شعرت بظهور الحقيقة فيمكنك عندها أن تكافئه بضمّه إلى صدرك وبإخباره بأن الصدق أمر حسن.** وبعد ذلك أرجع الأشياء والنقود إلى أصحابها أو إلى المدرسة، ولكن حاول إرجاعها بشيء من الدبلوماسية من غير أن يفتضح أمره على الملأ، ومن غير أن يُستهزأ به، وأبق الأمر بينك وبينه قدر الإمكان. **وتذكر أن الوقاية خير من**

العلاج فلا تترك الأشياء والنقود مبعثرة بشكل يشجعه على مدّ يده وهو لم يملك بعد الحسّ الأخلاقي القوي. وإذا لم تظهر منه حقيقة مصدر الأشياء أو النقود فأرجعها إلى المدرسة بسرعة ولكن بنفس الطريقة السابقة، وبذلك يتعلم أن القاعدة أن ما يأتي به إلى المنزل وهو ليس له يجب أن لا يبقى في البيت وإنما يرجع إلى أصحابه أو المدرسة.

وقد يتخيل الولد أشخاصاً يتحدث معهم وكأنهم أشخاص واقعيين في حياته. وفي هذه الحالات حاول أن لا تعامل الأمر على أنه خيال وغير حقيقي وإنما أشعره باحترامك لهذا الأمر، وأخبره مثلاً: أن «صديقه» هذا يبدو هاماً بالنسبة له، وأنك تعلم أن هذه لعبة ذهنية مسلية إلا أنها تبقى لعبة. وإذا سلط الولد لومه مرة على هذه الشخصيات الخيالية بسبب ارتكاب بعض الأخطاء التي قام بها هو ليهرب من المسؤولية فيمكنك أن تقول له ما يشعره بأنك تعرف الموضوع، فتقول مثلاً: «هذه طريقة أخرى لتقول أنك قد فعلت هذا، أليس كذلك؟» **وحاول أن لا تنكر عليه وجود هذه الشخصيات أو ترفض الحديث عنها، وإنما شاركه بعض أحلامه، ولكن فرّق بين الحقيقة والخيال على أهمية كليهما.**

ومع تقدم العمر سيخفّ عند الولد اللعب مع الشخصيات الخيالية التي يبدعها عقله وخياله لتختفي نهائياً مع بداية المرحلة المدرسية الابتدائية. ويمكن أن نفسر هذا اللعب التخيّلي في عدد من الأساليب والتي قد تختلف من ولد لآخر. فعند بعض الأولاد تكون هذه الخيالات تخفيفاً عن مشاعر الولد بالذنب والتقصير عندما لا يصل لمستوى توقعات والديه، وبذلك يرى نفسه أفضل وأحسن من شخصياته الخيالية، وهذا يوحي له بأن هناك من هو أكثر منه تقصيراً. وعند غيره قد تعوّض هذه الشخصيات عما يفتقده الولد في حياته من الإثارة والتجربة وحرمانه من امتلاك الأشياء، وفي هذه الحالة تظهر هذه الشخصيات على أنها شخصيات بطولية ناجحة وقادرة. ولا ننسى طبعاً أن هذا اللعب التخيلي قد يكون مجرد تقمص للشخصيات التي يتعرض لها في قصة أو حكاية. وفي حالات قليلة وخاصة عند الولد الذي يعاني في حياته من الأذى أو العقاب الشديد تصبح هذه الشخصيات «أصدقاء» له تشجعه وتعطيه ما يحتاجه من الشفقة والعطف والحنان.

ويفيد للآباء أن يفكروا في التفسير المناسب للشخصيات الخيالية عند ولدهم، وبذلك يستطيعون أن يتعرّفوا أكثر على طبيعة ولدهم، وأن يقدموا المساعدة المناسبة. فإذا كانت الشخصيات مثلاً مصدر تعويض وتطمين، استطاع الآباء تقديم ما يحتاجه الولد من هذا الجانب من خلال علاقاتهم الحقيقية مع ولدهم. وينطبق هذا الأمر حتى على الولد الذي لا يظهر الكثير من مثل هذه اللعب والشخصيات الخيالية ولكن من خلال طبيعة علاقته بألعابه والدمى الموجودة عنده. فيمكن أن نلاحظ مثلاً إن كان الولد دائم الكلام مع ألعابه أو أنه يهرع إليهم كلما شعر بالانزعاج أو الألم أو الغضب، وهل هو يخاطب لعبه بقوله مثلاً: «أنتِ لستِ زعلانة مني أليس كذلك؟!» وهل هو يوجه النقد للعبه بقوله: «إنكِ لم تغسلي يديك؟» فقد يشير هذا إلى أن الأهل يعاملون ولدهم بشيء من الصرامة الزائدة، فهو يقوم بتقليد هذا السلوك والعتاب مع ألعابه. وقد يستفيد الأهل من أن عليهم ربما أن يخففوا من نقدهم ولومهم للولد، وأن يعطوا علاقة ولدهم مع ألعابه بعض الانتباه والتفهم.

ولنطمئن من أن هذا اللعب الخيالي لن يكون مصدراً للقلق أو الأذى إلا إذا ازداد كثيراً عند الولد أو رافقه بعض العنف الجسدي ضد اللعبة، أو شعر الولد بالحزن الشديد وعدم السعادة، فعندها يُنصح بمراجعة متخصص نفسيّ أو تربوي.

النمو الخلقي ما بين (٥ ـ ١١) من العمر:

إن السنوات ما بين الخامسة والحادية عشرة من العمر لفترة هامة في النمو الخلقي عند الولد حيث يصبح أكثر وضوحاً فيما يتعلمه قبل هذه السنوات من قضية «الخطأ» و«الصح»، و«الحلال» و«الحرام». فقبل السنة الخامسة قد يكون «الصح والحلال» ما يأمر به الوالدان بينما «الخطأ والحرام» ما ينهيا عنه. ولكن واعتباراً من السنة الخامسة وهي تقارب مرحلة بداية السن المدرسي يبدأ أفق الولد بالاتساع، ويبدأ يرى اختلاف أفكار الناس من حوله فيما يتعلق بطبيعة الخطأ والصح، ويترافق هذا مع زيادة قدرة الولد على التفكير والمحاكمة العقلية الذهنية، ومع زيادة قدرته على التفكير فيما يسمع أو يرى من الحوادث والمواقف والتساؤلات. ويبدأ كذلك في هذه المرحلة بإصدار الأحكام الموضوعية على الآخرين. فقبل هذه السن كان يغضب مثلاً إذا منعه والده من

القيام بعمل ما من غير أن يسائل والده «بحقّه» في منعه من هذا العمل، وكان يعتقد أن والده دوماً على حق وصواب. بينما يختلف الأمر في هذه المرحلة حيث يبدأ هذا الولد يكوّن نظرته الخاصة عن الحياة والكون والناس. وربما كان حتى هذه المرحلة تحت تأثير الرغبة في الحصول على تقدير الكبار ليقولوا له: إنه «ولد جيّد أو ولد حسن» بينما قد لا يبالي الآن كثيراً بهذا التقدير بنفس الدرجة السابقة. إنه يعرف الآن أن له عقلاً يفكر به، وقدرة على اتخاذ القرار بنفسه، وكذلك عنده استقلالية تسمح له بمساءلة الكبار. ولذلك فهناك نقلة نوعية في النمو الخلقي بين سن الخامسة والحادية عشرة، وخاصة مع دخول المدرسة حيث يجد نفسه أمام مشكلات وتحديات خُلقية مختلفة متنوعة. فقد تعلم في المنزل أن يحترم حقوق الآخرين الذين يحترمونه ويقدرونه، وتعلم أن عليه أن لا يعتدي على أحد وأنه لن يعتدي عليه أحد، وأن له حقوقاً كما أن للآخرين حقوقهم. بينما الآن وفي أجواء المدرسة والحياة خارج الأسرة يواجه ممارسات أخلاقية ليست على ذات الدرجة المثالية التي عاشها في المنزل وسط أسرته. فزملاء المدرسة قد لا يعيرونه الرعاية والاحترام كالتي يقدمها هو لهم. وقد يعتدي عليه أو يأخذ منه أحد الأولاد بعض أشيائه إلا أن معلمته لا تستمع لشكواه. وقد يرى أن الآخرين يفعلون ما يحلو لهم ومع ذلك لا يُعاقبون عليها، وقد لا ينتبه إليهم أحد. إن هذه الممارسات الأخلاقية غريبة عما قد تعلمه من مبادئ أخلاقية ودينية داخل المنزل، وقد يسمع كلمات ولغة لم يعتقد أن هناك من يستعمل مثلها، كبعض الكلمات والعبارات النابية، وفي كثير من الأحيان قد يشعر أنه مدفوع لتقبل مثل هذه الممارسات والتصرفات، وأنه مضطر إلى تغيير ممارساته الأخلاقية.

ولا شك أنك ستقلق على ولدك، وحق لك هذا، فأنت لا تريده أن يتعرض للإساءة أو الانحراف، ولكن هل تستطيع يا ترى أن تمنع ولدك دوماً عن المؤثرات الخارجية؟ **إن على الولد أن يتعلم أن الحياة ستضعه أحياناً أمام حالات ومواقف ليتخذ هو فيها قراره الشخصي، فيما يفعل أو يقول**. ويتعلم أيضاً أن هناك كثيراً من الظلم وسوء التصرفات في واقع الحياة، وأن عليه أن يتعلم كيف يتكيّف مع كل هذا. والغالب أن يجتاز الولد هذه العواصف ويسبح في هذه الأمواج بنجاح ليخرج وقد أتقن فن السباحة وأسلوب النجاة بنفسه. ولكن لا بد لتحقيق هذا من:

- **أولاً: أن تكون عنده أرضية صلبة في المنزل من الأمن والمحبة والاحترام.**
- **ثانياً: أن يكون عنده حسّ مناسب لما هو «صح» ولما هو «خطأ» من خلال تعامله مع أسرته.**
- **ثالثاً: أن يعلم أن والديه دوماً على استعداد للاستماع إليه ولدعمه وتأييده عندما يحتاج لذلك.**

وقد تسأل: وماذا عليّ أن أفعل إذا عاد الولد من المدرسة يوماً وهو يستعمل لغة وألفاظاً بذيئة، أو يتكلم عن قيامه مع الأولاد الآخرين بأعمال وممارسات غير مناسبة؟

ومن المشاهد المعاشة أن يعود الولد بمثل هذه الأمور والتي قد لا يذكرها إما بسبب الخجل والشعور بالذنب، وإما بسبب التفاخر الطفلي البريء ليظهر أنه قادر على مشاركة الأولاد الآخرين مغامراتهم. إنك إن انفعلت بالغضب والاندهاش والتوبيخ فإنك قد تدفع الولد إلى إخفاء الأمور عنك في المستقبل، وإلى عدم مصارحتك فيما يجري معه خارج المنزل، وسيتعلم أن من الأفضل له أن لا يخبرك لأنه يعرف طبيعة ردة الفعل التي ستظهر منك، والتي ستزيد في مشكلته وشعوره بالحزن والأسى.

إن التعامل الحسن مع الأمر هو أولاً، أن تستمع لما يريد أن يقول لك بهدوء وإصغاء، وأن تشعره بأنك معه وفي جانبه. وثانياً، ساعده كيف يفكر بشكل سليم في الأمر الذي ذكره لك، وما هو الأسلوب الأفضل للتعامل مع مثل هذه الأعمال والمواقف.

ولا تخفى فوائد هذا النوع من التصرف، فهو أولاً، يطمئن الولد إلى أنك دوماً مستعدّ للاستماع إليه، وعدم التسرع بالغضب والتوبيخ وإصدار الأحكام. وبذلك يطمئن دوماً إلى الانفتاح والمصارحة معك. وثانياً، تعلمه بذلك كيف يفهم الأمور ويستعمل الحكمة في التعامل مع قضايا الحياة.

ولنفترض أن الولد أتى يوماً وهو يستعمل كلمة بذيئة نابية، فحاول أولاً أن تسأله بهدوء أين سمعها. ومن ثم ماذا قد تعني هذه الكلمة، وهل تضيف هذه الكلمة من جديد إلى ما يريد هو أن يقوله أو يعبّر عنه، أم أن هناك كلمة أفضل منها وأدق تعبيراً وأكثر مناسبة. **وحاول أن تشرح له أن استعمال الكلمات البذيئة عبارة**

عن طريقة بدائية في التعبير عما نريد، وأن اللغة غنيّة بالكلمات والمفردات التي تعبر عن أفكارنا ومشاعرنا بشكل دقيق ومناسب. وكن واقعياً معه، وحاول أن تحدثه بهدوء واسترخاء مستعملاً الدعابة. واعترف له أن هناك كثيراً من الناس ـ مع الأسف ـ ممن يستعملون مثل هذه العبارات في حالات الغضب والانفعال، وعندما لا يكونون في حالة تركيز ذهني مناسب.

وكذلك الحال عندما يستعمل الولد كلمات غير مناسبة دينياً، فالغضب والصراخ والانفعال لا يفيد والأفضل أن تتبع نفس الخطوات السابقة مع شرح ما هو مطلوب في موضوع الدين والاعتقاد بأسلوب الشارح المعلم وليس المتهم.

وإذا جاء ولدك يوماً وقال: إنه قد اشترك مع أولاد آخرين بعمل غير مناسب كالاعتداء على ولد آخر وضربه، فعليك أولاً أن تستمع إلى ما يقوله عن الحدث، ولربما كان يتحدث عن عمل قد استمتع بالقيام به وهو لا يشعر بخطأ هذا الأمر. ومن ثم اشرح له أنه ربما لم يقصد أن يؤذي ذلك الولد، ولكن يا ترى كيف سيشعر هذا الولد الذي أعتدي عليه؟ وكيف يكون الحال لو قام كل الناس بمثل هذه الأعمال؟ فأنت ستشعره بذلك أنه قام بعمل ربما لم يقصد منه الإساءة، ولكن في ذات الوقت أنك لا تتقبل مثل هذا العمل وهذا السلوك، وتساعده على التفكير الحكيم ليتجنب العودة لمثل هذا التصرف.

إنه ليس أمراً سهلاً تعليم الولد السلوك الناضج الأخلاقي الحسن. وهناك من الآباء من يعتقد بأن أفضل طريقة هي أن تقول للولد ما عليه أن يفعل أو لا يفعل، وأن تهدده بعد ذلك إن لم يلتزم بذلك. **ولكن يبدو أن أسلوب التخويف هذا لا يؤثر كثيراً، فنجد أن الولد يسعى في المستقبل لكبت الأمر وإخفائه عنك تجنباً للعقاب، وقد يسعى في قابلات الأيام إلى العصيان والثورة على قواعد والديه**.

ولا ننسى أن دورك في التنمية الخلقية أن تساعد ولدك على الشعور بضرورة الاهتمام بالآخرين ورعايتهم، وبضرورة عدم الأنانية، وبالجرأة على عدم الاستجابة للمغريات وبضبط النفس. وبأن كل هذه الأمور تساعد الناس على العيش في ودٍّ وسلام وأمن. وبذلك يبدأ يرى الحكمة في مثل هذا السلوك، ويبدأ يجني ثمراته الحسنة. والقرآن غنيّ بالمواقف التربوية الخلقية والتي تساعد الولد على التأسي بالقدوة الحسنة في شخصيات الأنبياء عبر التاريخ، بالإضافة إلى التطلع إلى مرضاة الله وثوابه في الجنة.

إن العالم مليء بالحالات والتحديات المعقدة أحياناً، وإنك تريد

لولدك أن يتعلم كيف يفهم هذه الحالات، وكيف يتخذ قراره الجريء في كيفية التصرف الحسن. **وتذكّر أنك لن تكون مصاحباً له على الدوام وطوال حياته، فهناك أوقات لن يجدك بجانبه لترشده، ولذلك علّمه كيف يفكر بنفسه بحكمة وفهم، وكيف يتعامل مع الحياة والناس كإنسان متفهم مدرك لمشاعر الآخرين.**

ويفيد في موضوع التربية الدينية الاطلاع على بعض الكتب ومنها كتاب «تربية الأولاد في الإسلام» للعلامة المرحوم عبد الله ناصح علوان. وسأكتفي هنا بذكر **أكثر ما يضرّ الأولاد والمراهقين في تكوينهم الديني**، وهي:

١ ـ **النفاق: بحيث يتلقى الولد من أبويه تعليماً ليرى في الواقع العملي تطبيقاً معاكساً**. وهذا مما يضر كثيراً وخاصة أن الولد يميل بطبعه للمثالية في التطبيق. فانتبه إلى هذا ولا تضر ولدك من حيث لا تريد.

٢ ـ **الإكراه على تطبيق الشعائر الدينية**. فالله تعالى يقول: ﴿لَآ إِكۡرَاهَ فِي ٱلدِّينِۖ﴾ [البقرة: ٢٥٦]. وأعجبُ من أناس يهملون تربية أولادهم لسنوات وسنوات وحتى إذا لم يصلِّ الولد في سنّ المراهقة لجأ الأهل إلى الضرب مستشهدين بحديث الرسول ﷺ: «.. **واضربوهم عليها لعشر**»[(١)]. وأنا أفهم أنّ في هذا الحديث الإشارة إلى الأهمية الكبرى للصلاة، وللاهتمام بتربية الولد عليها منذ الصغر وعدم ترك أية وسيلة في التربية، إلى درجة ذكر فيها الرسول الضرب وهو الإنسان الرحيم المشفق بالناس. **ولم يقصد الرسول وهو** ﴿بِٱلۡمُؤۡمِنِينَ رَءُوفٞ رَّحِيمٞ﴾ [التوبة: ١٢٨] **ترك كل الطرق واستعمال الضرب!**

٣ ـ **تحويل العبادات إلى مجرد طقوس لا معنى لها ولا روح**. وعلاج هذا بأن يتحلى الأهل أنفسهم بالإخلاص والحيوية في تطبيق هذه الأعمال التعبدية، وبحيث يرى الولد أثرها الواقعي والمباشر في سلوك وأخلاق والديه.

٤ ـ **انعدام الثقة بين الأبوين والولد** في قضية الأعمال التعبدية. فالأصل أن يغرس الأهل في ولدهم أن العبادات عبارة عن علاقة مباشرة بين الإنسان وخالقه دون رقيب من الناس.

---

(١) حديث صحيح؛ «إرواء الغليل في تخريج أحاديث منار السبيل» (٢٤٧).

النمو الجنسي[1]

ليس من السهل الحديث في المواضيع الجنسية حيث يشعر معظم الناس بالحرج أو الخجل. وقد يستطيع الأهل الحديث مع أبنائهم في كل المواضيع إلا موضوع الجنس والأعضاء الجنسية والتناسلية.

ويعتبر النمو الجنسي جزءاً من تعرف الولد على نفسه وأعضاء جسده وأحاسيسه. وهذا التعلم من الأمور الهامة وقد يكون للأخطاء في هذه المرحلة المبكرة من حياة الولد آثاراً سلبية كبيرة على شخصيته وحياته المستقبلية.

وتقف تعاليم ديانتنا وثقافتنا الإسلامية موقفاً وسطاً بين الإباحية بلا ضابط وبين الكبت المعاكس للطبيعة الإنسانية البشرية. ولكل من هذين الموقعين مضاره ومضاعفاته. وما يعرف بالجنس ليس بالضرورة أمراً قذراً أو رديئاً، فالجنس في الحياة الإسلامية غريزة ودافع بشري، وصفة إنسانية. غريزة تحكمها الأخلاق، ويوازنها البعد الاجتماعي في النمو والتكيّف.

إن عدم توعية الولد لنموه الجسدي وتطوره وخاصة عندما يصل لمرحلة البلوغ قد يجعله فريسة للمعلومات الخاطئة المشوشة التي قد يسمعها من الآخرين، أو الخرافات والأوهام. وقد يعرّضه أيضاً لاستغلال من يتعرض له بالأذى أو الاعتداء. ويجب أن يُساعد الولد على تقبل نفسه وجسده ونموه الجنسي كجزء «طبيعي» من حياته كإنسان. جزء طبيعي يُنظم من خلال سلوك أخلاقي اجتماعي وديني مقبول. جزء منظم إلا أنه يبقى مصدراً للمتعة التي خلقها الله في هذا الإنسان. وكما جاء في الحديث النبوي: « . . . . **وفي بضع أحدكم صدقة** . . . »[2].

ومن الخطأ أن يربى الولد وهو يعتقد بأن قطعة من جسده عبارة عن شيء

---

(١) للمزيد في هذا الموضوع يراجع كتابي «معين الآباء في التربية الجنسية للأبناء».

(٢) حديث صحيح؛ «صحيح الجامع الصغير» (٢٥٨٨).

قبيح أو كريه أو مرذول. والأولى أن يُعلم قبول نفسه وجسده، ولكن في نفس الوقت التحلي بالحشمة والعفة وضبط النفس بما يوجهه إليه الدين والخلق.

إننا إذا علمناه أن الدافع الجنسي والمشاعر ومظاهر النمو الجنسي عبارة عن أمور قبيحة فهذا لا يعني أنه سيوقف جسده عن النمو والتطور، ولن تختفي عنده المشاعر والأحاسيس، وإنما سيتعلم أن لا يبوح بها، ويتظاهر بعدم وجودها مع أنها تأخذ الكثير من تفكيره ومشاعره وأحاسيسه. وقد يدخل في حالة من النزاع والصراع الداخلي بين دوافعه وغريزته وبين ما يطلب منه من التنكر للنمو الجنسي والمشاعر والأحاسيس. إن الدافع الجنسي دافع قوي في حياة الإنسان، وإذا لم يوجه التوجيه الصحيح فقد يؤدي إلى الكثير من الأذى وعدم الاستقرار والراحة.

ويفيد للآباء أن يتفحّصوا مواقفهم وأحاسيسهم من موضوع «الجنس». فإذا كان موقفهم يتمثل بالنظر إليه على أنه سيئ وقبيح ومعيب فإنهم لا شك سينقلون هذه المواقف لأولادهم من حيث لا يشعرون. ولا شك أن مواقف الآباء تصدر مما تعلموه في صغرهم، ومما مروا به من تجارب في حياتهم، ومما تلقوه عن الآخرين في مجتمعهم.

إن المجتمع المتحضر يعلّم أبناءه القواعد والضوابط الأخلاقية التي تضبط الدوافع الجنسية وأسلوب التعبير عن هذا الدافع، ويدخل في ذلك قيم المجتمع الدينية والثقافية. ولكن يبقى هناك فرق بين الولد الذي يُعلم الضوابط الأخلاقية والدينية مع المعلومات الصحيحة عن جسده وحياته ومشاعره، والتي تتيح له جواً هادئاً للصراحة مع والديه، وبين الولد الذي امتلأ رأسه بالخرافات والأساطير نتيجة منعه من التفكير والحديث في هذه الأمور.

وهناك فرق بين الولد الذي يشجع على التزام الضوابط الأخلاقية، ولكن عن فهم واستيعاب، وبين الذي يطبق الضوابط من دون فهم أو تفكير.

التربية الجنسية:

إن الأحاسيس الجنسية التي يشعر بها الإنسان ليست في حدّ ذاتها أمراً مخجلاً أو معيباً أو شائناً، وإنما على العكس نعمة من الله الذي فطر الناس عليها ليحفظ الخلق على هذه الأرض ﴿وَإِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلَٰٓئِكَةِ إِنِّي جَاعِلٌ فِي ٱلْأَرْضِ خَلِيفَةً﴾ [البقرة: ٣٠] ولكن يبقى السؤال المطروح هو: ماذا نفعل بهذا الدافع الجنسي؟

إننا نعيش في مجتمعات معقدة تجعل التعامل مع الأمور الجنسية أمراً صعباً وحرجاً. فالمجتمعات الإباحية التي تدخل «الجنس» في كل شيء وحتى في الإعلانات والدعايات، فإنها تُطلق العنان لثورة الجنس بين الناس. وكذلك مشكلات المجتمعات التي تحاول كبت التعامل الصريح وحتى منع نقاش المشكلات الاجتماعية والنفسية والجنسية لأن هذا الموضوع يجب أن يبقى في دائرة الظلام واللامتحدث فيه. وفي الحالتين يُحرَم المجتمع من النظرة البسيطة للموضوع، وهي أن الجنس عبارة عن مجرد جانب واحد من جوانب الحياة البشرية، له دوره وله ضوابطه ونظمه، كالكهرباء مثلاً، والتي إن لم تنظم وتضبط سببت الأذى والهلاك ﴿إِلَّآ أُمَمٌ أَمْثَالُكُم﴾ [الأنعام: ٣٨] وأن الجنس هو أحد الدوافع التي تربط بين الرجل والمرأة كزوج وزوجة، في علاقة محبة ومودة، فهذه العلاقة هي من آيات الله العظيمة ﴿وَمِنْ ءَايَٰتِهِۦٓ أَنْ خَلَقَ لَكُم مِّنْ أَنفُسِكُمْ أَزْوَٰجًا لِّتَسْكُنُوٓاْ إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُم مَّوَدَّةً وَرَحْمَةً﴾ [الروم: ٢١].

وهناك من الناس من ينظر إلى الجنس أو المتعة الجسدية على أنها غاية الحياة، وبالمقابل هناك من يراها على أنها سبب كل ما يلاقي الإنسان من مشاكل ومصائب. ولذلك لا نستغرب أن تعيش المجتمعات في صراع بين الجنس كوسيلة للاستغلال والأنانية والعدوان وبين الجنس كشيء مخجل قذر.

ومن الطبيعي أن يتعامل الولد مع موضوع الجنس بعفوية ومن دون تعقيدات عالم الكبار. فمن خلال حبّه للاستطلاع والمعرفة يبدأ الولد اهتمامه بجسده وبما يشعر به، وهذا يعني أن الاهتمام بالجنس لا يبدأ عادة بشكل فجائي وإنما بشكل متدرج وبطيء. **ومن البداية الحسنة أن يجيب الأهل على تساؤلات ولدهم عن الجنس والأعضاء الجنسية منذ المرحلة التي يبدأ فيها طرح مثل هذه الأسئلة**. ويعين هذا البدء المبكر الولد كما يعين الأهل الذين قد يشعرون بحرج شديد عندما يؤخرون الإجابة «حتى يكبر الولد». فإجابة ولد في الثالثة من عمره بأسلوب بسيط يفهمه أسهل من الحديث معه وهو في الثالثة عشرة من عمره. وحاول أن تساعد الولد على اكتساب المعلومات الصحيحة ولكن وفق طبيعة عمره ومرحلة نموه. وساعده كذلك على تقبل هذه المعلومات كما يتلقى منك معلومات عن الأمور الحياتية الأخرى. وبذلك يتعلم الولد أيضاً الصراحة والانفتاح مع والديه.

فماذا تقول لولدك عن الجنس؟

والجواب سهل وذلك من خلال الإجابات البسيطة الواضحة عن تساؤلاته. فقد يسأل مثلاً: «من أين يأتي الأولاد؟» فتقول له: «من مكان خاص في بطن الأم» يسأل عندها: «وكيف يدخل الولد في بطن أمه؟» ولا شك أن من حق الولد أن يسأل عن هذا السؤال الطبيعي.

«يخلق الله الولد في بطن الأم (أو رحمها) لأن الأب يضع هناك نطفة أو بذرة تندمج وتنمو مع بيضة من الأم. فبذرة من الأب وواحدة من الأم في ذلك المكان الآمن المستقر، ويصبحا بعد ذلك بذرة واحدة لتنمو وتكبر وتصبح ولداً صغيراً».

ولا شك أن الولد سيقبل هذا الشرح كما يتقبل غيره من الشروح التي يسمعها من والديه عن أمور أخرى في الحياة. وقد يقتنع الولد بهذه الإجابات ويقف عند ذلك الحدّ، فيمكنك عندها أن تقف أنت أيضاً عند ذلك الحد من الشرح. وإذا عاد وسأل من جديد متتبعاً حبّه للاستطلاع فيمكنك عندها أن تجيبه بما يناسبه في ذلك الحين. وحاول دوماً أن تكون إجاباتك بسيطة ومباشرة وصحيحة من غير أن تعقّده بتفصيلات علمية فوق فهمه وطاقته. وحاول أن لا تعطيه انطباعاً أن «الأمور الجنسية» أمر معيب بالضرورة أو قذر أو سيئ، أو تعطيه الانطباع أنك لا تسمح له بالحديث في «مثل هذه المواضيع». وحاول أيضاً من طرفك أن تتكلم معه بالطبيعة التي تتكلم معه فيها في قضايا أخرى في الحياة، كما لو كنت تشرح له مثلاً ماذا يحصل للطعام عندما نبتلعه داخل جسدنا.

وقد يسأل الولد إن كان وضع الأب للبذرة في بطن الأم أمراً مؤلماً. فيجاب بأن هذا الأمر ليس مؤلماً بل على العكس ممتعاً للوالدين. وإذا سأل السؤال المعهود: «كيف يخرج الطفل من بطن أمه؟» فيمكن أن تشرح له ببساطة أن للأم ـ ككل النساء ـ فتحة طبيعية قريبة من فتحة البول، وكما أن للأب فتحة صغيرة حيث تخرج البذرة منها، وبذلك يخرج الطفل من فتحة الأم هذه في أسفل بطنها عندما يكبر ويصبح طفلاً كاملاً.

ويفيد أن نذكر هنا، أن الموقف الإيجابي يجب أن يكون أيضاً تجاه عمليات التبول والتغوط، من غير أن نشعر الولد أن هذه الأمور أموراً معيبة

أو سيئة بحد ذاتها، وإن كانت تحتاج منا للنظافة والعناية والطهارة، لا بسبب أنها عملية التبول والتغوط سيئة بحد ذاتها، وإنما بسبب احتمال وجود الجراثيم مع الفضلات. وبذلك يتعلم الولد أن لا يخجل من التبول والتغوط، وبذلك لا يعود ينقل خجله هذا إلى الأمور الجنسية.

ومن الطبيعي بين الثالثة والسادسة من العمر أن يبدأ الولد بلمس أعضائه التناسلية لأنه في مرحلة اكتشاف هذه الأجزاء من جسده، وقد يشعر ببعض المتعة من هذا اللمس. وقد نجده يمدّ يده تحت ملابسه ليلعب بنفسه. وفي كثير من الأحيان قد يفعل هذا من دون تركيز ولا انتباه بينما عقله منشغل في عمل آخر. ولا يدرك الولد في معظم الحالات طبيعة ما يفعل. ويتكرر هذا عند الذكور والإناث.

ويغضب طبعاً كثير من الآباء عندما يرون ولدهم يفعل هذا، والغالب أن يصرخوا في وجهه بأن يقف عن هذا العمل. وقد يصفعوا أحياناً يد الولد أو يسحبوها من تحت ملابسه. وهناك من الآباء من يهدد الولد بتعريضه للأذى وربما «حرق!» أعضائه التناسلية إن لم يكف عن هذا. ولا شك أن الولد سيأخذ انطباعاً أن هناك أمراً كبيراً وخطيراً في هذا الموضوع بسبب ردة فعل والديه، أو أنه أمر معيب و«مقرف». والغالب أن يتابع الولد هذا العمل لأنه يشعر ببعض المتعة، وهو لا يفهم لماذا يصرّ الأهل على عدم القيام بذلك. وقد يفكر أنه يستطيع أن يلمس أنفه أو أذنه في أي وقت شاء، بينما عليه أن لا يلمس ما تحت ملابسه؟! وقد يأخذ الولد انطباعاً أنه «غير نظيف» لأنه يقوم بهذا اللمس.

وإذا سأل الولد عن مزيد من الإيضاح فقد لا يجد إلا النهر والتوبيخ أو «هذا عمل غير نظيف وغير حسن» بينما هو يعتبر أن الأمر عمل حسن وممتع.

ويفضل في بعض الحالات أن يتجاهل الأهل هذا العمل، فما هي إلا مرحلة يكتشف فيها الولد طبيعة جسده، وعما قريب سينمو ويتجاوز هذه المرحلة.

ولا يعني هذا اللمس أبداً أن الولد «مفرط الجنس» أو أنه في بداية انحراف سلوكي أو أخلاقي. والأمر الذي يفيد الأهل الانتباه إليه أن الولد

قد يعود لمثل هذا اللمس كوسيلة لتطمين نفسه عندما تواجهه صعوبة ما في حياته، أو عندما يغضب معه أهله لسبب من الأسباب. وقد يشير هذا إلى أن الولد يلجأ إلى هذا السلوك ليحلّ مثل هذه الصعوبات عن طريق لمس نفسه بدل أن يتيح له والديه طريقة أفضل للحديث، ومحاولة حلّ الإشكالات بطريقة مباشرة. وقد يشير هذا الأمر أيضاً إلى أن الولد يحتاج إلى المزيد من العطف والرعاية النفسية والعاطفية والجسدية.

ومما لا يخفى على الآباء والأمهات ضرورة تعليم البنت والصبي بالتغيرات التي ستطرأ على جسدهما عند مرحلة البلوغ، سواء التغيرات النفسية، أو التغيرات الجسدية العامة كنمو الثديين وتغير طبقات الصوت، والتغيرات الجنسية كنمو شعر العانة، والدورة الشهرية عند الشابة والاحتلام الليلي عند الشاب، ويفضل بعض الناس أن تتحدث الأم مع ابنتها بينما يتحدث الأب مع ابنه في هذه المواضيع. ويفيد كثيراً أن يتم الحديث بإيجابية وهدوء دون الجدية المفرطة المخيفة. *(راجع فصل المراهقة في هذا الكتاب)*.

اللعب الجنسي بين الأولاد:

وكما أن الولد شغوف بالتعرف على جسده فإنه شغوف أيضاً بالتعرف على أجساد غيره من الأولاد. وهو عندما يرى جسد ولد آخر فقد يشعر بالرغبة في مدّ يده ليلمس هذا الجسد الآخر. ولذلك نجد الأولاد يخترعون لعباً كثيرة كلعبة الطبيب والمريض حيث يتعلمون من خلال التجربة أنه أمر طبيعي للطبيب أن «يفحص» جسد الآخرين. ومن النادر أن يبالغ الأولاد في مثل هذا اللعب. وليس هناك ما يشير إلى أنهم يتأثرون جنسياً في مثل هذا اللعب. والغالب أن يملّ الأولاد من هذا اللعب بسرعة بعد أن أشبعوا فضولهم وحبهم للمعرفة والتجربة. **وقد وجد أن مثل هذا اللعب يقلّ في الأسر التي تقدم لأبنائها بعض التوجيه والتعليم في قضايا الأمور الجنسية**، وكذلك الأسر التي ترى جسد الإنسان على أنه ليس مدعاة للخجل أو العار رغم التحلي بالحشمة وتغطية العورة.

ماذا يفعل الآباء إذا رأوا أولادهم ينظرون لبعضهم، أو يلعبون مثل هذه الألعاب؟

أولاً عليهم أن لا يصابوا بالصدمة من خلال معرفتهم بمراحل النمو

والتطور التي يمرّ بها الولد. وهناك من ينصح بأن لا يُعنّف الأولاد أو يُشعروا بأن هذه الرغبة في الاستطلاع أمر معيب في حدّ ذاته، وإنما يمكن أن يقال لهم بهدوء: «بعد أن نظرتم لبعضكم، هيا انتهوا الآن ولنذهب لنقوم بالعمل الفلاني..».

وبذلك فأنت توقف هذا العمل من غير أن تخلق مشكلة كبيرة تدفعهم بها إلى التنكر والتفكير في إخفاء هذا اللعب عنك، وفي ذات الوقت تعطيهم فرصة للتفكير في هذه «الممنوعات» و«المحرمات».

ومن الطبيعي عادة أن ينمو عند الولد حسّ بالحاجة إلى العزلة أو التخفي أو الحياء من إظهار عورته للآخرين من إخوة وأخوات، وغالباً ما يكون هذا في سن الخامسة أو السابعة. ويجب أن تحترم هذه الرغبة من قبل الآخرين، بل حتى يُشجع عليها. وينمو هذا الشعور بالحياء مع تقدم العمر ليبلغ ذروته في سن العاشرة حيث يفضل معظم الأولاد إخفاء عورتهم عن الآخرين.

ومن البديهيات أن يقلق الأهل إذا كان هناك مثل هذا «اللعب الجنسي» بين الولد وولد آخر أكبر منه بكثير. **وأفضل علاج هو الوقاية بتعليم الولد ومن سنّ مبكرة أن هذا الجسد ملك له ووحده فقط، وأنه ليس لأحد غيره لمسه ـ إلا والديه عند الغسيل في الحمام أو التنظيف أو التلبيس ـ وأن عليه أن يرفض طلب غيره بلمس جسده أو خلع ملابسه.** وعلى الوالدين طبعاً الانتباه والحذر عند لعب الأولاد مع بعضهم وخاصة بوجود الأولاد الكبار. ولكن من غير إثارة الشكوك في الناس، ومن غير إحداث قلق لا مبرر له عند الصغار. وإذا انعزل الأولاد للّعب مثلاً في مكان بعيد عن الأنظار كالغرفة البعيدة فيفيد أن ينادى عليهم ليأتوا للّعب في مكان قريب تسهل فيها الرقابة من غير إثارة الشكوك.

الحياء والعورة:

ومما له علاقة باحترام النفس وقبول الذات هو شعور الولد بجسده وموقفه من هذا الجسد. فمع تعلمه الحشمة ومفهوم العورة، يتعلم أن هناك أعضاء من الجسم لا يعرضها الإنسان لينظر الناس إليها إلا في حالات

خاصة كالوالدين أو الطبيب. ولكن أن يعلم أيضاً في نفس الوقت أن جسده نعمة من الخالق، خلقه فأحسنه ﴿ٱلَّذِى خَلَقَكَ فَسَوَّىٰكَ فَعَدَلَكَ ۝٧﴾... [الانفطار: ٧] وأنه ليس في جسده ما هو معيب أو قبيح أو نجس أو مذنب.

وإذا كان الولد ممن يبالغ في تغطية جسده وحتى وهو في المنزل فيمكن أن يشار إليه أنه لا يجب عليه أن يغطي كامل جسده طوال الوقت. وإذا كان ممن يخلع ملابسه أمام الزوار والضيوف، فعندها يقال له: إن الناس لا يعتادون رؤية الآخرين دون ملابس، وأن هناك من الجسد ما يستره الإنسان عن الآخرين احتراماً لهم وتكريم الإنسان لنفسه.

وإذا مال الولد بشدة إلى أحد هذين الاتجاهين فيفضل عدم خلق مشكلة كبيرة حول الأمر، **والغالب أنها مرحلة ويتجاوزها الولد بعد فترة طالما أنه يتلقى توجيهاً سليماً هادئاً في قواعد السلوك وآداب الجسد والعورة ومخالطة الناس.**

وإذا دخل الولد الصغير مرة على أبويه وهو عريان فالأفضل عدم إظهار صدمة كبيرة عند الوالدين وإلا فقد يرتاح الولد لاكتشاف طريقة يصدم بها الآخرين ويثير عندهم مشاعر الانفعال أو الغضب أو الدهشة. بينما إذا تعامل الأهل مع الأمر بهدوء وبلا انفعال فالغالب أن يمر الأمر بشكل طبيعي، ويتعلم منه الولد ما هو السلوك الحسن المقبول.

وفي ديننا الحنيف توجيهات عامة تفيد في موضوع التربية الجنسية يمكن مراجعتها في كتاب «تربية الأولاد في الإسلام» للعلامة عبد الله ناصح علوان، وكتاب «الحلال والحرام في الإسلام» للعلامة الدكتور يوسف القرضاوي.

النمو الاجتماعي وعلاقة الولد مع الآخرين

وسنتحدث عن علاقة الولد مع:

١ ـ إخوته وأخواته.

٢ ـ أصدقائه.

٣ ـ الأقرباء بشكل عام.

العلاقة مع الإخوة والأخوات:

من الأمور المعتادة أنه إذا كان عندك أكثر من ولد واحد فإنهم دوماً في تحرّش مستمر مع بعضهم البعض وحتى لأتفه الأسباب، وبغض النظر فيما إذا كانوا صبياناً أم بنات. وستجد أنهم لا يعجزون عن إيجاد أي أمر يختلفون عليه، وستعجب وتنزعج في نفس الوقت من قدراتهم الإبداعية في إيجاد مثل هذه الأمور والفرص. ولكن لا شك أن هذه القدرات الإبداعية تشير إلى أنهم يستمتعون بكل هذه المناوشات والنزاعات والأخذ والردّ، رغم أنه قد لا يبدو الأمر في حينه أنه ممتع لهم.

إنهم من خلال هذه النزاعات يتعرفون على بعضهم، وعلى إمكاناتهم ونقاط الضعف والقوة عندهم. وهم يؤكدون أيضاً من خلال ذلك فردية كل واحد منهم وشخصيته واستقلاله عن الآخرين، ولذلك قد تزداد حدة هذه النزاعات عند الإخوة المتقاربين في العمر والإمكانات، لأن الواحد منهم في هذه الحالة في أشدّ الحاجة للحصول على استقلاله عن الآخر. **ويتعرف كل واحد منهم عبر هذه الحركات على نفسه وأسلوبه في التكيف والتخطيط والدفاع والهجوم وحلّ النزاعات**. وهم أيضاً يجرّبون نشوة الإثارة والانتصار، وكذلك مشاعر الهزيمة وفقدان السيطرة. ويفضل الولد عادة أن يوجد معه في المنزل من يجرّب عليه عضلاته وحيله النفسية ويتخاصم ويتشاجر معه بدل أن يكون بمفرده ليس له إلا الوحدة والملل.

ولا يجعل هذا الأمر بالطبع حياة الآباء مريحة حيث يشتكي الكثير منهم من تأثير هذه المشاجرات والمشاحنات على أعصابهم، وكيف أن عليهم أن يتدخلوا باستمرار لفضّ هذه النزاعات بين الأولاد. ومما يزعج الأهل كذلك ما يشعرون به من «خيبة الأمل» نتيجة ذهاب الصورة المثالية التي كانوا يحلمون بها عن طبيعة الحياة الأسرية الهادئة، حيث يلعب الأولاد دوماً بانسجام ومحبة وسلام!! فإذا بالآباء يُصدَمون بعجزهم عن منع المشاجرات والخصامات، وبأن السلام والهدوء لا يستمر في البيت لأكثر من دقائق. وقد يشكّ الآباء في قدرتهم على التربية مما يسبب لهم الكثير من الألم والحزن. وقد ينتاب الأهل أحياناً شعور بأن الأولاد إنما يصطنعون الخلاف بهدف إزعاج والديهم.

ومما يزيد المشكلة تعقيداً أن يتدخل الأهل في هذه النزاعات، فإذا بهم يتخذون موقفاً مع أحد الولدين ضدّ الآخر. وما هي إلا لحظات حتى يصبح هذا الذي وقفوا معه قد انقلب ليصبح ضدّهم وفي صف أخيه الذي تنازع معه قبيل تدخل الأهل. وإذا بالمودة والولاء والمصالحة تنشأ بين الأولاد ليبقى الأهل في الميدان وكأنهم هم سبب المشكلة كلها.

ويتباين الأولاد عادة في تكرار وشدة المشاجرة بينهم، فمنهم من يتمتع بصداقة حميمة في معظم الأوقات بينما يميل الآخرون إلى الشجار المستمر. ولكن حتى في أوقات «السلام» قد تنشأ بعض الخلافات «الخفيفة» التي تجذب الوالدَين للمصالحة. ويزداد الأمر سوءاً إذا كان عندك أكثر من ولدين حيث قد يتحالف بعضهم ضدّ البعض الآخر.

فماذا تفعل إذا بدأت المشاجرة بين الأولاد؟

الخطوة الأولى لا شك هي التدخل المباشر الجسدي إذا كان أحد الأولاد عرضة للإصابة بأذية جسدية. وهذا أكثر ما يحدث عند الصبيان حيث تميل البنات إلى جولات الصراخ بدل استعمال العضلات. وقد تكون هذه الفروق بين الجنسين بسبب التأثيرات الاجتماعية وبسبب التوقعات، حيث يُقال دوماً للبنت: «إن البنات لا يستعملون المقاتلة» ويقال للصبي: «إن الرجال لا يبكون! وأنت رجل». **ولكن لنذكر أن كلا الجنسين قادر على الاعتداء الجسدي وإحداث الجراح.**

وإذا شعرت أن أحد الأولاد سيصاب بأذى جسدي أو أن الأيادي المتطايرة قد تصيب قطعة من أثاث المنزل فيمكنك عندها أن تضع حداً فورياً للأمر بأن تنادي عليهم أن يقفوا فوراً، أو بإبعادهم عن بعضهم جسدياً. وتذكر أنك إن بدأت أنت أيضاً باستعمال اليد والضرب فإنك تقوم بنفس الأمر الذي تطلب منهم الامتناع عنه.

وبعد أن تحقق بعض السلام والهدوء بينهم حاول أن تقضي وقتاً قصيراً في الاستماع إلى كيف بدأت المعركة. والعادة أن تحصل على قصتين متضاربتين، فكل من الطرفين يقدم نفسه كإنسان بريء اعتُدي عليه من قبل الآخر. والغالب أن تشعر بأنه من المستحيل أن تقرر من صاحب القصة الصحيحة. وما هو مهمٌ للأولاد هو أن يشعروا أنك على استعداد لفتح المجال لهم ليقول كل ما عنده، فهذا أهم من مجرد التدخل لتصل دوماً إلى معرفة من يُلام على ما حدث، ومن هو المتهم. **إنك عندما تستمع لهم فإنك تشعرهم بأنك محايد وعادل، وأنك لا تمانع في أن يشرح كل منهم ما في نفسه ويعبر عن مشاعره بأسلوب سلمي بعيد عن العنف والتعنيف.**

وإذا لم يكن هناك ضرب أو استعمال العضلات في نزاعهم، فلا حاجة أن تسارع للتدخل وحل الأمر. فالأولاد يحتاجون لمثل هذه النزاعات والخلافات ليتعلموا منها أموراً كثيرة. إنك إن جاولت أن تمنع كلياً مثل هذا الأمر فإنهم سيبحثون عن بديل لتفريغ هذه الطاقة والحيوية، كأن يلجؤوا للسلوك التخريبي أو الشجار المباشر والذي لا مبرر له. **دع لأولادك بعض المجال ولو الخفيف للتعبير عن غريزة المواجهة.** وكما ذكرنا سابقاً أن الأولاد يحتاجون للفرص الطبيعية لإقامة العلاقات التي تمكنهم من اكتشاف قدرة كل منهم وما يستطيع فعله وما لا يستطيع، وليستطلعوا مشاعر بعضهم بعضاً. وكل هذا لا شك يتطلب منهم التكيف المستمر بسبب نموهم ونضجهم الدائم. فإذا وضعت لهم قواعد محددة صارمة تمنعهم من المواجهة مع بعضهم وتحدد لهم كيف يفضّون الأمور بينهم فأنت تحرمهم فرصة الاكتشاف بأنفسهم كيف يمكن أن يحلّوا بأنفسهم الخلافات بينهم، وكيف يحققون السلام بينهم. **وإذا كنت دائم السيطرة على المواقف فهذا يعني أن العلاقة بينهم علاقة غير طبيعية وإنما علاقة محدودة ومضبوطة بسلطتك أنت عليهم.** وهذا يعني أيضاً أنهم

سيهجمون على بعضهم في أول فرصة تسنح لهم عندما تدير ظهرك عنهم، أو أن تدوم روح العداء بينهم والتي لم ينفس عنها طوال طفولتهم، وسيصعب عليهم في مقبلات الأيام حلّ الخلاف بينهم بحيث قد لا تتوفر لهم فرصة أخرى لتصفية كل الحسابات! وستكون العلاقة بينهم ضعيفة بحيث يفضلون الانفصال عن بعضهم في أول فرصة تتيح لهم مغادرة المنزل.

وبالمقابل فإن الأولاد الذين يسمح لهم ببعض الجدال في صغرهم يصبحون أشد قرباً من بعضهم وأقوى علاقة في كبرهم. ومع وصولهم لمرحلة المراهقة يصبحون أكثر معرفة لبعضهم البعض، ويعلم كل واحد منهم حدوده، ويقدّر كل منهم وجهة نظر الآخر. هذا بالإضافة إلى أن نفس الجدال والخصام يقف أو يخفّ كثيراً بطبيعة الحال عند هذه المرحلة من النمو. ويكون كل منهم قد تخلّص من مشاعر الانزعاج من الآخر، وبدأوا يشعرون بصداقتهم وانسجامهم، وبأنهم يستفيدون من هذه الصداقة أكثر مما يكسبون من خصامهم ونزاعهم.

والقاعدة الجوهرية في قضية نزاعات الأولاد أن لا تتدخل في كل مرة يشبّ فيها النزاع إلا إذا كان هناك خطر تعرض أحدهم للأذى الجسدي، أو إحداث تخريب في المنزل، أو أن أحدهم مسيطر تماماً وبشكل مزعج على الآخر.

ويمكنك أن تريح نفسك بأن تتذكر أن هذا الخلاف ليس كله ضارّ، وليس بالسوء الذي يبدو فيه للمراقب من الكبار. وإذا ساء الحال فلا شك أنه من حقك التدخل، لأنه من حقك أن تنعم ببعض الهدوء والأمن والسلام عندما تريد. ولكن أوضح للأولاد أنك لست ضدّ أن يحاولوا بأنفسهم فضّ الخلاف، ولكنك ضدّ الطريقة المزعجة والضوضائية التي يصلون من خلالها لفضّ هذا النزاع، وإذا عادوا وبدأوا الخلاف من جديد بعد دقائق فيمكنك أن تفرق بينهم بأن ترسل كل واحد منهم إلى مكان أو غرفة. ولا حاجة أن يكون هذا التفريق لمدة طويلة، وإنما لمجرد أن يهدأ كل منهم ويدرك أن اللعب مع الآخرين بسلام أفضل من البقاء بمفرده.

وإذا كان الخلاف على لعبة أو شيء ما فيمكنك أخذ هذه اللعبة منهم جميعاً، وأخبرهم أنه يمكنهم استرجاعها بعد أن يصلوا إلى حلّ واتفاق كيف

سيلعبون بها من دون نزاع. وعندما يصلون لاتفاق يمكنهم أن يخبروك، فإذا تعهّدوا بالالتزام بهذا الاتفاق فأعطهم عندها هذه اللعبة. ويعلمهم هذا الموقف لا شك على أسلوب التنازل والاتفاق للوصول إلى حلّ يرضي كل الأطراف، مما يساعد علاقاتهم في المستقبل. إنك لم تضع لهم القانون وإنما فتحت لهم المجال ليصلوا إليه بأنفسهم، وبذلك يتعلمون كذلك أسلوب النقاش والحوار. والأغلب أن يلتزموا بقانون وقرار توصلوا إليه بأنفسهم أكثر مما لو فُرض عليهم الأمر من فوق.

وتكون المشكلة أحياناً أعسر عندما يكون فارق السن كبيراً بين الأولاد المتنازعين. فمع فارق السن هذا تأتي فروق أخرى كالفروق الجسدية والعضلية والذكائية. ولكن يحسن أن نذكر هنا أن الكبير أقوى وأقدر من الصغير، إلا أن الصغير قادر أيضاً على إزعاج وإغاظة الكبير، وخاصة أنه قد يحتمي بصغره، وبأنه في حال نشوب نزاع فإنك ستقف بالضرورة معه ضدّ الأخ الكبير. وكل الأولاد وحتى الصغير منهم خبراء في جذب شفقة وعطف الوالدين وحتى عندما يكون هو المذنب، فهو يستطيع أن يذرف الدموع ويظهر بمظهر الأسى والضعف. وقد يبالغ الولد في ألمه من رضّ أو جرح خفيف، فيعطيك انطباعاً بأنه في حاجة إلى عملية إسعافية جراحية. وهذا لا يعني أن هذا الولد الصغير متلاعب أو سيئ، وإنما قد تعلم أن هذه أفضل استراتيجية لمواجهة قوة أخيه الكبير الحجم والأشد منه قوة.

وحاول أن لا تنحاز بشكل تلقائي مع أحد الأولاد ضدّ الآخر، وإنما حاول أن تحدد طبيعة ما حصل، وإذا لم تنجح في معرفة من المذنب فعندها **ساعد كل واحد منهم على رؤية وجهة نظر الآخر.** وساعد الكبير ليرى أنه أكبر وأقوى، وأن على الكبار والأقوياء مسؤولية رعاية واحترام من هم أصغر أو أضعف منهم، ليس فقط في الأسرة وإنما في الحياة بشكل عام. ووافق معه أنك تعلم أن هذا ليس بالأمر السهل، وأنك تعلم كيف أن الأخ الصغير قد يكون أحياناً مزعجاً أو متعِباً، إلا أن هذا الأمر يدخل في موضوع مسؤولية الكبار وواجباتهم، وأن على الكبير أن يتعلم درساً من ذلك. وشجعه على التحلي بالصبر، واطلب منه أن يخبرك فوراً إذا كان قد حاول الصبر ولم يستطع تمالك نفسه.

وساعد الصغير منهم على رؤية أن للأخ الكبير أيضاً حقوقه واحترامه، وأنه من الخطأ أن يبدأ الصغير بإزعاج الكبير ودفعه للانتقام. وأفهمه أنه ليس من العدل أن يبالغ الولد بجرح خفيف لمجرد أن يجذب عطف وشفقة الوالدين، أو لكي يوقع الأخ الكبير في مأزق مع والديه. واشرح له أنه إن كان الكبير هو الذي قد بدأ النزاع فإن على الصغير أن يأتي إليك ليخبرك في حينه، وأنك لن تقف في صف أحد. ومن خلال تعاملك هذا سيتعلم الأولاد الأسلوب السليم للسلوك والتعامل مع بعضهم، وسيستخدمون هذا في إقامة وتقوية العلاقة بينهم.

ويبدو أن أعلى نسبة من الخصام بين الإخوة تكون عادة عندما يكون هناك فارق سنتين تقريباً بينهم، والغالب أن يتفقوا إذا كان الفارق أقل من هذا. وقد يكون من أسباب ذلك اتفاق نظرتهم للأمور واشتراكهم باهتمامات واحدة. وإذا زاد الفارق عن سنتين أو ثلاثة فالغالب أن يكون الكبير منهم أنضج من أن يعبأ بحركات أخيه الصغير، وأقرب إلى حمايته بدل مواجهته، ولكن ليست هذه قاعدة دائمة.

وحاول من طرفك أن لا تحلّ مشكلتهم عن طريق الإسراع بمعاقبة «المذنب»، وخاصة إذا لم تشهد الحدث ولم تعرف كامل القصة. فمعاقبة الواحد بناء على ادعاء الآخر سينمّي بينهم روح الغيظ والانتقام. وإذا وقع عقابك على الطرف البريء فكلاهما سيشكّ في حكمتك وحسن تصرفك في المستقبل. وحاول دوماً أن تركز على تحسين العلاقة بينهما بدل التركيز على المعاقبة. ويمكنك أن تفصل بينهم لبعض الوقت، وقل لهم وجهة نظرك في الأمر، وأرهم أن هناك طرقاً أفضل لحلّ الخلافات واترك الأمر عند هذه المرحلة.

ومن الطرق الشائعة والتي قد تزيد الإشكال وتسيء للعلاقة بين الأولاد أن تقارن الواحد منهم بالآخر، مثال: «إنه لأمر معيب أن لا تستطيع أن تكون مثل أخيك!» أو «إن أخاك كان أفضل منك عندما كان في مثل سنّك» أو «إنك على عكس أخيك، فهو يطيع من أول مرّة أقول له شيئاً».. فمثل هذا الكلام يجعل الولد يشعر بالذنب من نفسه والغيظ من أخيه. وإن تكرار مثل هذه المقارنة يجعل الولد يكره التشبه والاقتداء بأخيه رغم صفاته الحسنة، ويجعله يشعر

بأنك غير عادل أو منصف معه، وأنك تتعمد أن تضع الحواجز والفروق بينه وبين أخيه. ومثل هذه المقارنة ستجعلك تشعر أيضاً بعدم الراحة لأن الولد قد تعمّد أن يفعل عكس ما تطلب منه أن يتعلم من أخيه، وكأنه يحاول أن ينتقم منه ويردّ هجماتك عليه. فلماذا هذه المقارنة؟ إنها لن تفيد أحداً.

بالإضافة إلى هذا فإنك إذا شعرت أن أحد أولادك أقل من الآخر فإنك بهذا تعيق من حيث لا تدري طريق محبتك وتقبّلك لهذا الولد. **فأنت تتمنى في أعماقك لو كان هذا الولد شخصاً آخر غير نفسه، بينما الأولى أن تقبل ولدك كما هو.** صحيح أن نوعية العلاقة بين الوالدين والأولاد تختلف بسبب عوامل كثيرة إلا أن محبة واحد منهم يجب أن لا تكون أكثر أو أقل من محبة الآخر. ويجب أن لا يخطر في ذهنك رغبة استبدال ولد بولد آخر، كما أنه ليس من المناسب أن يتمنّى الولد استبدال أمه بأم أخرى أو أبيه بأب آخر.

العلاقة مع الأقرباء:

إن من أهم العلاقات التي يقيمها الولد هي بشكل خاص مع أفراد أسرته، إلا أننا نريد للولد أن يكون حسن العلاقة أيضاً مع بقية أفراد العائلة، وخاصة الجدّين والجدّتين، حيث تربطهم بالولد علاقة قوية وقريبة. **والخطأ الشائع أن يحاول الأهل فرض سلوك معين على الولد بشكل يناسب جده أو جدته**، مثال: «لا تنسى أن تكون لطيفاً مع جدتك» و«لا تزعج جدك أو تغيظه بحركاتك» و«لا تجادل جدك في الأمر، وإذا طلب منك أمراً فنفّذ مباشرة» و«يا ترى ماذا سيفكر عنك جدك عندما رفضت أن تأكل طعامك أمامه».. ولا شك أن وراء هذه العبارات نيّة طيبة، **ولكن المشكلة أن هذا الكلام يجعل الولد لا يعود يرتاح ويستمتع برؤية جده أو جدته أو زيارتهما، ويشعر أن عليه أن «يمثّل» أمامهما ويتصرف على غير طبيعته ليحصل على قبولهما**، ويجد نفسه مقيّداً محروماً من التصرف الطبيعي. ولا شك أنك تريد من ولدك أن يحسن التصرف مع أجداده ومن هم أكبر منه سناً، ولكن في نفس الوقت على الأجداد والكبار أن يحاولوا أيضاً إقامة علاقة طبيعية مريحة معه من دون أن تحتاج أنت للتدخل مرغّباً ومرهّباً.

والمشكلة الأخرى في العلاقة مع الأقرباء أن الولد قد يكون شديد القرب من أحد هؤلاء الأقرباء كالعم أو الخال، أو العمة أو الخالة بحيث قد تشعر

أحياناً أنه يفضّلهم عليك ويرغب بالمكوث وقضاء الوقت في صحبتهم. ومن الطبيعي أن تشعر أنت بشيء من الغيرة وخاصة أن هذا القريب يقضي وقتاً مريحاً مع الولد من دون أن يتحمّل المسؤولية الحياتية اليومية عنه. فأنت تطعمه وتنظفه وتلبسه.. بينما هذا القريب يستمتع بالوقت المريح معه باللعب والضحك دون مسؤوليات. وقد تتحرج من الحديث مع القريب حول هذا الأمر، وتجد نفسك بدل ذلك أنك تتصرف بشيء من الغضب مع الولد، وتجد نفسك أيضاً تشعر بالذنب والتقصير والحرج. ولا شك أن الأصل أن يشعر الإنسان بالسعادة أن يرى ولده يقضي وقتاً طيباً مع قريبه، ولكن في الحقيقة لسنا في قمة الكمال، ولذلك قد تتأثر قليلاً وخاصة عندما تشعر وكأن هذا القريب يشعر بشعورك ولكنه لا يفعل شيئاً للتخفيف عنك!

ومن الطرق المفيدة للتعامل مع هذا الموقف أن تكون صريحاً في الحديث عن مشاعرك مع هذا القريب، ليس بأسلوب المتهم وإنما بأسلوب الشارح لحقيقة هذه المشاعر ﴿.. لَيَحْزُنُنِيٓ أَن تَذْهَبُوا۟ بِهِۦ ..﴾ [يوسف: ١٣]. والغالب أن يُظهر القريب بعض التفهم، وهذا من شأنه أن يخفف هذه المشاعر ويفتح مجالاً للتعاون والتفاهم. وإذا لم يتفهم القريب هذا الأمر فقد يقلل هذا من حماسك لدفع الولد وتشجيعه على متابعة الصلة. ولكن مهما كان موقف القريب فيجب أن لا تجعل الولد يشعر وكأنك تتنافس مع هذا القريب على العلاقة به، فهذا ما قد يشوش ذهن الولد ويجعله يشعر وكأنك تحاول أن تفرض نفسك عليه وعلى حياته. لا شك أن لك مكانة خاصة عند الولد كأب أو أم، وإن كان الولد لا يصرّح عادة بهذا الأمر. وتجنب طبعاً أن تشعر الولد بالذنب بسبب قرب علاقته من الآخرين، أو تحاول أن تستجدي عطفه عليك، وإنما حاول أن تنظم معه بعض الأنشطة المشتركة كالنزهة واللعب، وقد يستجيب الولد لشيء تقوله بشكل عابر ومازح «هذا الأب المسكين قد كبر سناً ولم يعد له نصيب من ولده!».

العلاقة مع الأصدقاء:

تتميز علاقة الولد مع أصدقائه في هذه المرحلة بأنها علاقات قصيرة الأجل، ما تلبث أن تبدأ لتنتهي بسرعة، تاركاً صديقه ومتنقلاً لصديق جديد. وقد يقول لك الولد أن أفضل صديق عنده هو «عمر» فإذا بك تفاجأ بعد أيام

أن أفضل صديق له أصبح «حسن» وقد اختفى عمر من ساحة اهتمامه. ولا يفيد أن تحاول أن تصرّ عليه بالاحتفاظ بعلاقته مع ولد معين. وعلى الولد أن يتعلم كيف يتعامل مع الناس، وكيف يفكر ويقرر بنفسه ما يريد. ومن طرفك افتح له مجالاً لإقامة العلاقات مع الأولاد الآخرين، ولكن اترك له التفضيلات والاختيارات.

والغالب عند الأولاد الصغار قبل سن السابعة أو الثامنة أن يلعب الولد مع الصبيان والبنات دون تمييز كبير، وقبل أن تؤثر المعايير الاجتماعية حيث يشعر الصبي أن عليه أن يلعب مع الصبيان، وأن على البنت أن تلعب مع البنات. **ويميل الصبيان في الغالب بعد هذه السن للعب مع بعضهم، والبنات مع بعضهن**. وهناك من يقول: إن الاختلاط المناسب والسليم بين الصبيان والبنات في السنوات الأولى يساعد على النمو المتزن والمعتدل في قابلات السنين. بينما يكون الولد الخجول جداً مع البنات ـ وكذلك العكس مع الفتيات ـ قد يكبر ليشعر إما بالحاجة للتجنّب الكامل للجنس الآخر أو الارتباك الشديد عند أول احتكاك أو معاملة لفرد من الجنس الآخر.

وعندما ينتقل الولد إلى المدرسة الإعدادية فإنه يبدأ بإقامة علاقات طويلة ودائمة مع الأصدقاء الذين يشاركونه اهتماماته وخصائصه الشخصية والنفسية. ويختار غالب الأولاد أصدقاءهم من بين الأولاد الذين يسكنون بجوارهم، حيث يراهم باستمرار، ويشاركهم البيئة التي يعيشونها، ويتقارب مستوى والديه من والدي أصدقائه. **ولذلك فباختيارك مكان السكن ونوعيّة الجيران فإنك تلعب دوراً أساسياً في اختيار نوعية أصدقاء ولدك بشكل أكبر من المحاولات المباشرة التي يمكن أن تؤثر من خلالها في هذا الموضوع.**

وقد يختار الولد أحياناً أصدقاء في غير سنه سواء أكبر أو أصغر منه، وقد يكون هذا دليلاً على أنه أنضج من عمره الحقيقي وأنه يتطلع إلى الأمام، ولكن هناك مشكلات لمثل هذه الصداقات. **فالأصدقاء الأكبر منه قد يستغلون صغر سنه وبراءته فيقودونه للسلوك السيئ**، أو قد تؤثر إمكاناتهم المتقدمة عليه فيشعر بعقدة النقص أمامهم. **وغالباً ما تنشأ عقدة النقص عند الإنسان عندما يدرك أن الآخرين يستطيعون القيام بأعمال يعجز هو عنها**، أو عندما يتوقع منه الآخرون أن يقوم بما لا يطيق. ولذلك فحتى الولد الذكي الناضج قد تتكون عنده عقدة النقص عندما

يجد نفسه في ظروف غير مناسبة. وقد يحدث هذا الأمر أيضاً عند أصغر الأولاد في الأسرة، أو عند أي ولد يجد أن عليه دوماً أن يبذل الجهد المضاعف لينافس من هو أكبر منه سناً أو أكثر منه قدرة.

وبالنسبة للولد الذي يختار أصدقاء أصغر منه، فقد تكون هذه طريقته في الهرب من عقدة نقص يشعر بها، فيحاول أن يعوض عن ذلك بإقامة العلاقات مع من هم أصغر منه سناً وأقل منه قدرة، لأنه يجد صعوبة في متابعة اهتمامات من هم في عمره. وبذلك يُحرم الولد فرصة النمو المناسب لعمره، وهذا مما يزيده بعداً عن أقرانه ويصعّب عليه طريق اللحاق بهم.

وأمام مثل هذه المواقف، نذكّر من جديد أنه ليس من مهماتك أن تختار له أصدقاءه، ولكن يمكنك أن تقوم بدورك من خلال التعويض عن مثل هذه الحالات. **فإذا رافق الولد مثلاً من هو أكبر منه فحاول أن تتابع هذه العلاقة لتمنع هؤلاء الأصدقاء من استغلال الولد أو إساءة توجيهه.** ويمكنك من خلال علاقتك الخاصة به أن تساعده على تنمية فهمه واستيعابه للأحداث والعلاقات من حوله.

وإذا رافق من يصغره فحاول أن تزوده بالأنشطة المتنوعة والمتعددة والمثيرة لاهتماماته مما لا يقدمه له أصدقاءه الصغار. وحاول أن تساعده على تجنّب النظر إلى نفسه على أنه أصغر من عمره الحقيقي. وتأكد من أن ألعابه وكتبه وأساليب قضاء وقت فراغه تناسب عمره الحقيقي ودرجة تطوره، وأعطه المسؤوليات والحقوق المناسبة لولد في مثل سنه.

وعندما يأتي ولدك بأصدقائه إلى المنزل فيفيد أن ترحب بهم وتبدي اهتماماً بهم، فهذا مما يساعد ولدك على الانسجام معهم. وإذا أساء أحد الأصدقاء السلوك كأن يلعب بأثاث المنزل، أو يصدر أصواتاً مزعجة أثناء اللعب، أو يلعب بشيء من العنف.. فلا شك أنك لا تريد لمثل هذا السلوك أن يكون في بيتك رغم أن الولد قد اعتاد مثل هذا السلوك في منزله، ولذلك يمكنك أن تنبه إلى شعورك بالأمر من غير تعنيف شديد. وحاول أن تتجنب عبارات من مثل: «قد تسمح لك أمك بمثل هذا السلوك في منزلكم، وإنما هنا أنا لا أسمح به» أو «لا أريدك أن تأتي بسلوكك السيئ إلى منزلنا هنا». وإنما بدلاً من هذا **حاول أن تشرح له بهدوء ووضوح ماذا تتوقع منه أو ما هو**

السلوك الذي تريده منه، وأعطه الأسباب. ومثال ذلك: «إنك إن أصدرت أصواتاً بهذا الشكل فعندها لن أتمكن من إتمام عملي» أو «يبدو أن هذه لعبة مسلية، ولكن يمكنك أن تلعبها خارج المنزل حيث لا تؤثر الأصوات على أحد» أو «إذا أردت أن نصبح أصدقاء فلا تتكلم معي بهذه الطريقة». ولا تنسى طبعاً أن تقدم الاهتمام بولدك كما تهتم بأصدقائه، وقد تلاحظ أن ولدك الذي عادة يكون هادئاً متفهماً قد أصبح أمام أصدقائه أقل مسؤولية وأكثر استهتاراً بسلوكه. وحاول في مثل هذه الظروف أن لا تعنّفه بشدة أمام أصدقائه، فكثير منا قد يتصرف بشيء من الاسترخاء عندما نكون مع أصدقائنا المقربين إلينا.

وهذا لا يعني أن تقبل ما هو غير مقبول من السلوك وإنما يعني أن لا تفاجأ كثيراً بتصرفات الولد، وأن تزيد من قدرتك على تحمل هذا السلوك. **وأن لا تُخطئ فتلوم الأصدقاء بسبب سلوك ولدك، فقد يكون له نفس التأثير على أصدقائه كتأثيرهم عليه.** إن من شأن تعنيفك لولدك أمام أصدقائه أن تجعله يبدو صغيراً في أعينهم، وقد تأخذ هذه النظرة بعد ذلك وقتاً طويلاً لتزول وتتحسن عندهم. وإذا كان عليك أن تتدخل وتقول له شيئاً فيمكنك أن تقوم بهذا وأنت تحافظ على نظرة الأصدقاء الجيدة منه. ومثال ذلك أن تقول له: «ألم نتفق أنه من الأفضل أن لا تقوم بمثل هذا العمل؟!» فهذا الكلام أفضل من: «ألم أقل لك أن لا تسيء السلوك!».

ومثال: «قد يفضل أن تنزل من على هذا الصندوق فإنه قد لا يتحمل وزنك وأنت عليه» فهذا أفضل من «انزل حالاً من على هذا الصندوق يا أحمق! إنك حقيقة مزعج!».

ومثال: «إنك تعلم أن هناك طريقة أفضل من هذه الطريقة في الكلام» فهذا أفضل من: «أنك تغضبني عندما أسمعك تتكلم بهذه الطريقة. متى تتعلم؟!».

وإذا كان هناك حاجة لأن تقول له مزيداً فيمكنك أن تطلبه لخارج الغرفة حيث تحدثه على انفراد، وتطلب منه بهدوء بحيث لا يشعر أصدقاؤه أن هناك مشكلة ما. اشرح له أنك تعلم أنه سعيد برؤية أصدقائه وأنه مستثار لهذا الأمر، وأنك تريد أن تتجنب معاتبته أمام أصدقائه. ولا شك أنه هو أيضاً يعلم أن عليه أن لا يسيء السلوك وإلا فعلى أصدقائه أن يغادروا المنزل. ويمكنك أن تطلب منه بعد ذلك أن يعود إلى أصدقائه ويناديهم إلى المطبخ مثلاً لتناول بعض الطعام

أو العصير. فهذا مما يعطي الجميع فرصة للهدوء وترك اللعب والصراخ والهيجان، ويخفف على الولد عودته إلى أصدقائه.

وحاول أن لا تؤدب الأصدقاء من خلال استعمال عبارات من مثل: «أنا لا أسمح لولدي أن يقوم بمثل هذا العمل» فهذا يعطيهم انطباعاً أن ولدك محدّد الحرية ومقيد النشاط، وقد يجعلهم يسخرون منه ويلمزونه أو يسخرون منه فيما بعد.

وإذا طلب أصدقاؤه الخروج للعب خارج المنزل مساء في ساعة متأخرة فأفضل من قول: «أنا لا أسمح لولدي أن يلعب في مثل هذه الساعة» يمكنك أن تقول: «الوقت متأخر الآن ولا يناسب أولاداً مثلكم أن يلعبوا في الخارج» و«ليس من الحكمة اللعب في ساعة متأخرة فهذا خطر» وبذلك تكون قد عممت المنع ليس على ولدك فقط ولكن على كل الأولاد في عمره. وقد يبقى الأصدقاء يعتقدون أنك متشدد في التربية إلا أنهم لن يعتبروا أن هذا المنع أمر خاص بولدك فقط.

ورغم حرص ولدك وأصدقائه على استمرار العلاقة والصداقة إلا أن هذه العلاقات تتعرض للانقطاع بين الحين والآخر. **وبشكل عام يبدو أن البنات أكثر تأثراً من انتهاء الصداقة من الصبيان في العشر سنوات الأولى، حيث يصبن بالألم والحرقة لبعض الوقت، ولكن في النهاية يتأقلمن مع الأمر.** وانتبه من طرفك أن الولد قد يمرّ بمرحلة من الانفعال وسرعة الغضب وربما البكاء عند تدهور علاقته مع أحد أصدقائه. وقد يميل الكبار أحياناً في هذه الأوقات ـ لمعرفتهم بالحياة وتجاربها ـ إلى ذكر عبارت تشعر الولد أن أهله لا يفهمون عليه ولا يحسّون حقيقة مشاعره، كأن تقول مثلاً:

«لا عليك، ولا تتأثر على هذا الصديق، فستقيم علاقة جديدة مع عشرات غيره!».

إن مثل هذا الكلام قد يجعل الولد يتردد في المستقبل في مصارحة والديه بمشكلات علاقاته وصداقاته. ويفيد جداً أن تتحدث عن تجربتك الخاصة فتقول مثلاً: «أذكر مرة كم شعرتُ بالألم والحزن عندما فقدت واحداً من أصدقائي».

وحاول أن تستمع بانتباه إلى ما يذكره الولد من تفاصيل عن علاقاته

المتعثرة. وإذا أراد أن يوجه بعض النقد لسلوك صديقه فدعه هو يقوم بهذا، لأنك إذا قمت أنت بهذا فستفاجأ كم ولدك مستعد للدفاع عن صديقه، فالمواقف لا تزال غير واضحة عنده والمشاعر غير دقيقة، وهو في حيرة وصراع بين محبة صديقه وخصامه له. فافتح له المجال ليمرّ بهذه المرحلة، ويتعرف على حقيقة مشاعره ومواقفه، وليدرك كم من اللوم يقع على صديقه وكم يقع عليه هو في أسباب تدهور العلاقة بينهما. والغالب أن يتشارك الاثنان في الخطأ.

ولا حاجة لدفع الولد إلى إقامة علاقات جديدة من أجل أن ينسى العلاقة الأولى المنقطعة، فهو سيقوم بهذا العمل من نفسه في الوقت المناسب عندما يكون قد خفّ ألم الفرقة والصدمة. وفي أحيان قد يجدد الولد علاقته مع نفس الصديق بعد انقطاع الصلة لتعود العلاقة أقوى من السابق. ومهما كان الأمر فلا تقلّل من قيمة هذه العلاقات والتجارب المفيدة والقيّمة لأنها تعدّ الولد للعلاقات المستقبلية الأكثر استمرارية وديمومة.

العلاقة بين الجنسين:

وبالنسبة للعلاقة بين الجنسين فقبل سن التميز والذي قد يكون حول التسع سنوات نجد الصبيان يلعبون مع البنات بشكل عفوي وطبيعي، ولكن مع النمو تبدأ القيم الاجتماعية بتوجيه الصبي وتوجيه البنت إلى نوعية العلاقة بالجنس الآخر. **وبشكل طبيعي يميل الأولاد في هذه السن للعب مع من هم في سنهم وجنسهم واهتماماتهم، وغالباً أن البنات مع البنات والصبيان مع الصبيان.** ويفضل أن لا نضع في ذهن الولد مشكلة كبيرة فيما يتعلق بالعلاقة مع الجنس الآخر، وأن يبقى هناك مجال للعلاقة الطبيعية غير المتوترة كالزيارات الاجتماعية والأسرية والزمالة في المدرسة بحيث يتكلم الصبي مع البنت، والبنت مع الصبي بشكل طبيعي ودون انفعال أو تعقيد للأمور، طالما أن الضوابط الأخلاقية واضحة وممارسة في الأسرة.

وفي أثناء نمو الصبي والبنت يتوضح لكل منهما دوره في الحياة ومسؤوليته السلوكية والأخلاقية، ويلتزم كل منهما بالأخلاق المتعارف عليها في الوسط الاجتماعي المحيط بهما.

الخوف

وكما رأينا في موضوع الغضب فإن الولد يمكن أن يتعرف على نفسه من خلال تعامله مع الخوف. وعندما يقول الولد لأمه: إنه يخاف مثلاً من الليل أو من خيال رجل عجوز **فلا ينفع أن تقول له أمه مجرد: «إنك ولد كبير، وأنت لا تخاف» أو أن تضحك من كلامه، وإلا فإنه سيبدأ يُشكك في مشاعره.** فهو يشعر بشيء من الخوف إلا أن أمه وهي أعرف منه تقول له: إنه غير خائف، فيسأل نفسه عن ماهيّة وصدق هذه الأحاسيس في أعماقه. وهل هناك حقيقة مشاعر الخوف أو لا وجود لها؟ وإذا وجدت مشاعر الخوف هذه فلا شك أنها شيء معيب أو مُخجل. وبذلك لا يتلقى الولد المساعدة للتعرف على هذه المشاعر والتكيف معها.

إن الولد في حاجة إلى من يستمع إليه وإلى مخاوفه، ويقول له: «نعم، لقد كنتُ أشعر بمثل ما تشعر به عندما كنتُ في سنّك»، وهو في حاجة إلى من يشرح له أن هذه المشاعر أمر طبيعي عند الإنسان.

وليذكر الأهل أن الولد قد يرى في العالم الكثير مما يهدد ويخيف، وهو يعرف كم هو صغير وعرضة للأذى، وكم هو يعتمد على حماية الكبار ورعايتهم. ولذلك فإنه يخاف من أن يصيبه أذى جسدي، أو أن يفقد والديه ومن هو عزيز عليه ويصبح وحيداً بلا راع يدافع عنه. أمور مخيفة حقيقة إلا أن الولد يعجز عن التعبير المباشر عن هذه المخاوف، وقد لا يفهم أيضاً طبيعتها. ولذلك فقد يشعر بالخوف من الأذى الجسدي وكأنه خوف من أشباح أو خيالات، وقد يتجلّى الخوف من فقدان والديه وكأنه خوف من البقاء بمفرده في الظلام.

وعلينا نحن الآباء أن نقبل بأن خوف الولد من الأذى الجسدي قد نكون نحن سببه. فحتى الذين لا يضربون ولدهم فإنهم قد يستعملون أحياناً كبر حجم جسمهم لجعل الولد يتصرف بالطريقة التي يريدون. إن الكبار بالنسبة

للولد «عمالقة» أمام حجمه الصغير. تخيّل إنساناً أكبر منك بضعف حجمك فكيف سيكون شعورك إذا رأيته فجأة يقف أمامك يحدّق فيك النظر، أو يصرخ في وجهك بسبب ما عملت؟ ولذلك فعندما تتدخل الأم وتمسك بيد ولدها لتمنعه من عمل ما فإنه سيصاب بالخوف والرعشة لمثل هذا التدخل المفاجئ وإن كان قصد الأم مجرد حماية الولد من الأذى. وسيتضاعف هذا الخوف إذا رافق تدخل الأم ارتفاع صوتها أو صراخها في وجهه. وقد يرى الولد في أمه إنساناً مرعباً، وهذا ما يسبب عنده بعض الاضطراب. فأمه هي التي تعطف عليه وتلبي له حاجاته، وإليها يلجأ في حالات الخطر، ولكن الخطر والتهديد يأتي الآن من طرفها فإلى أين المهرب وإلى من يلتجأ؟! **وقد يصعب عليه فهم طبيعة هذا الخوف من طرف أمه، فإذا به يدفع هذه المشاعر ويسقطها على أشياء وهميّة أو تخيليّة ليعبر عما يشعر به في أعماقه من قلق وخوف.**

ولا يعني هذا أن تشعر الأم بالذنب والحرج بسبب أنها قد أخافت ولدها في وقت من الأوقات. صحيح أن الولد ضعيف، وأنه قد يكون عرضة للأذى بسرعة إلا أن على الأم أيضاً أن تكون حازمة في تربيته. ولا بد من مواقف تتدخل فيها الأم لحمايته وسلامته. وهناك مواقف مخيفة ليس للأم مسؤولية مباشرة عنها كبعض برامج التلفزيون، وبعض الصور في الكتب، وبعض الضيوف أو الغرباء في الطريق. **وبشكل عام إذا ظهرت على الولد مظاهر الخوف فيفيد للآباء أن يفكروا فيما يمكن أن يكون السبب ودوافع هذا الخوف، كبعض المعاملات في المنزل أو بعض الأشياء والمواقف والعلاقات.** وليس من العسير في الغالب معرفة السبب الحقيقي للخوف، ولكن علينا أن ننظر إلى الأمر من خلال نظرة الولد نفسه. فما يخيفه ويرعبه قد لا يؤثر فينا أبداً ولا ننتبه إليه أصلاً. وحاول أن تجنبه المواقف التي تعتقد أنها قد تكون مخيفة حتى يكبر أكثر، وشجعه على الحديث عن مشاعره لأن هذا مما يخفف الأمر ويساعده على فهم ما يجري.

إن الطفل الآمن لا يشعر عادة بالخوف أو القلق من فقدان والديه أو الخوف من أن يتركاه وحيداً، إلا أنه قد يسمع أحياناً عبارة من أمه توحي بأنها ستذهب بعيداً وتتركه، ولذلك فقد يرغب بالحديث في هذا الأمر. بينما نجد الطفل غير المستقر وغير الآمن، والذي ربما مرّ بتجربة غاب فيها

والديه عنه في صغره لسبب من الأسباب، وقد يشعر بالخوف والقلق من فكرة أن يتكرر الأمر ويفقد والديه. وإذا كان الولد ممن يعاني من مثل هذه المشاعر المقلقة فعليك أن تبحث عن السبب. هل قام أحد والديه مثلاً بتهديده وهو في صغره بأنهم سيتركونه ويذهبون إن هو لم يطع والديه؟ أم أن هناك مشكلة زوجية بين الأبوين مما يشعر الولد بعدم الأمن؟ أم أن أمّه قد تكرر تركه عند أناس آخرين عندما تضطر للذهاب لقضاء حاجة ما؟ وإذا عرفت السبب فعندها يمكن أن تحاول تخفيف هذا التأثير وتقلل من آثاره.

ومما يفقد الولد إحساسه بالأمن رغم وجود أمه معه هو أن تهدده أمه بسحب حبها له بسبب عمل اقترفه «إذا فعلت هذا فلن أحبّك أبداً!». وحتى يشعر الولد بالأمن الحقيقي فلا بد له من أن يشعر بحب أبويه له على الدوام مهما حدث ومهما كانت الظروف، وأن حبهما له غير مشروط أو مقنّن. وبالتالي فلا يخطر في ذهنه أصلاً أنه قد يُحرم من هذا الحب والعطف.

ومهما حاول الأهل منع أسباب الخوف عن ولدهما فلا بد من أن ندرك أنه لا محالة سيشعر بالخوف في بعض المواقف، ولذلك علينا أن نساعده على التكيف مع مثل هذا الإحساس. فالخوف نوع شديد من الانفعالات التي يمكن أن تسيطر كلياً على حياة الإنسان سواء كان صغيراً أو كبيراً. ومن العناصر القريبة جداً من الخوف هي مشاعر القلق والرهبة مما يمكن أن يحدث في مجريات الحياة. فحتى عندما لا يوجد ما يخيف فإن الإنسان يبقى يتعذب ويتألم بسبب الخوف من توقع ما يمكن أن يحدث في المستقبل، وما يمكن أن يحدث له أو للآخرين من حوله.

وهناك من الآباء من يتعاطف مع شعور البنت بالخوف إلا أنه يكاد لا يقبل مثل ذلك من ابنه الذكر. ونجدهم يريدون لابنهم أن يتعلم «الدفاع عن نفسه كرجل كبير». **وينسون أن الإنسان لا يمكن أن يتعلم كيف يكون رجلاً قبل أن يتعلم كيف يكون طفلاً أو ولداً**. ولذلك فعلينا أن نقبل فكرة خوف الولد أولاً ومن ثم أن نساعده على التأقلم والتكيف مع هذا الخوف. وفيما يتعلق بموضوع تعويد الولد على «الخشونة والرجولة» يفيد أن نذكر أن هناك فروقاً بين الأولاد، فمنهم من يميل إلى اللعب العنيف والأنشطة العضلية، ومنهم من لا يفضل مثل هذه الألعاب. ومن حقّ الولد أن يكون كما يحبّ أن

يكون. وإذا كان الأب يميل إلى الأنشطة الرياضية فقد يرغب أن يكون ولده مثله، ولكم علينا أن نقبل أن من حق الولد أن يكون مختلفاً عن أبيه إذا كان هذا ما يرغب فيه. وليس من العدل أن نضغط عليه ليكون على غير طبيعته ونفسه التي بين جنبيه. **والقاعدة الناجحة في علم النفس تقول للإنسان، كل إنسان «كنّ أنت!» أي لا تحاول أن تتصنع لتكون غيرك، وإنما انسجم مع طبيعتك وصفاتك الشخصية، وكن ذاتك.**

ومن خلال تشجيع الأهل سيتعلم الولد أنه يمكنه فهم المخاوف ومواجهتها، وأنه من خلال ذلك ستضعف مشاعر الخوف عنده. **فالخوف عبارة عن ردة فعل طبيعية لما يصعب علينا فهمه، أو يصعب علينا مواجهته ودفعه عن أنفسنا.** ولذلك فكلما استوعبنا طبيعة أسباب الخوف كلما استطعنا مواجهته وتخفيف وطأته علينا. ويمكن مساعدة الولد ليعرف أن الكثير مما يخاف منه فإنه لن يؤذيه ولن يضرّه، رغم إقرارنا بوجود مشاعر الخوف عنده، وأنه سيستطيع مع الوقت تحرير نفسه من آثار الخوف. وحتى الأشياء التي لها تأثير مخيف حقيقي فإننا يمكن أن نقلل من هذا التأثير ومن دون أن نبالغ فيه. والدرس الهام هنا أن يتعلم الولد أن من طبيعة البشر أن يشعر الإنسان بالخوف، وأن في الإنسان عوامل قوة متعددة يمكن أن تعينه على مواجهة هذا الخوف. وأن كل إنسان يحتاج للعون والمساعدة على استعمال عوامل القوة هذه. وأنه علينا أن نحرر أنفسنا ولا نقع ضحية هذه المخاوف.

وفي بعض الأحيان قد يخاف الولد من أشياء محددة، وهذا ما يعرف بالرهاب[1] (phobia). وهو خوف لا مبرر له، ولا تفسير له سوى وجود ردة فعل الخوف عند الولد في مواجهة هذا الشيء أو هذا الموقف المحدد. فهناك مثلاً الرهاب من الفأر أو الحشرات الزاحفة. والولد ـ كبعض الكبار ـ يخاف من هذه الأشياء رغم أن هذه المخلوقات لن تضرّ به أو تؤذيه. وهناك أيضاً الرهاب من الليل والمرتفعات والمصعد الكهربائي والسكاكين والأنهار والبحار والجسور.. وإن دلّ هذا على شيء فإنه يدل على أنه يمكن للإنسان أن يصاب بالرهاب من

(١) للمزيد في موضوع الرهاب يمكن مراجعة كتابي «المرشد في الأمراض النفسية واضطرابات السلوك».

أي شيء. ومما يميّز هذا الرهاب أن درجة الخوف والتوتر لا تتوافق مع طبيعة الشيء أو الموقف المخيف. فقد يشعر الإنسان بالرهاب من الحشرة الصغيرة إذا شاهدها على التلفزيون بينما لا يشعر بنفس درجة الارتعاش والقلق عندما يزور حديقة الحيوان ويرى أمامه الحيوانات الكبيرة كالأسد!

ويفيد هنا أن نفرّق بين الخوف وبين الرهاب. فمن الخوف الطبيعي والمفهوم أن يتردد الإنسان ويخاف عند صعود سلم طويل موضوع أمام الحائط، فهذا هو الخوف «الطبيعي»، أما التردد والرعشة من مجرد صعود درج عادي في المنزل فهذا هو الرهاب المَرَضيّ.

ويمكن أن تظهر أعراض الرهاب في أي عمر من حياة الإنسان، وإن كان شائعاً عند الأطفال وحتى منذ السنة الثالثة من العمر. فقد يخاف الولد من قفاز المطبخ أو القطة أو حتى النملة الصغيرة. وكلما اقترب الولد من هذا الشيء المُخاف فستظهر عليه علائم القلق والاضطراب، فتجده يطالب بإبعاد هذا الشيء عنه، وقد يصرخ ويبكي ولا يهدأ إلا بعد الكثير من التطمين.

والغالب أن لا تطول كثيراً حالات الرهاب هذه حيث ينمو الولد ليتجاوزها بسرعة وبشكل فجائي أحياناً. وقد يكون سبب الرهاب هذا ترافق الشيء المخيف في ذهن الولد ببعض المخاطر والتطورات المزعجة. فربما كانت الأم ترتدي القفاز ساعة وقوع الولد على الأرض، أو أن القطة قفزت أمامه يوماً فأثارت مخاوفه. ولا يفهم الولد طبعاً مثل هذه العلاقات إلا أنه يشعر بالرهبة كلما اقترب من هذا القفاز أو هذه القطة.

ويمكن مساعدة الولد على تخفيف هذا الرهاب بأن نربط في ذهنه علاقة أخرى بين الشيء المخيف وبعض المشاعر المريحة، كأن نفتح له مثلاً مجالاً للعب بالماء في الحمام وبقربه القفاز وبذلك تخفّ عنده مشاعر الخوف المرتبطة بوجود هذا القفاز.

والغالب أن لا يحتاج هؤلاء الأولاد لأي معالجة إلا من خلال مرور الوقت والنمو، حيث يختفي تدريجياً هذا الربط بين الشيء المخيف وبين الخطر. وحاول قدر الإمكان خلال هذا الوقت أن تبعد الولد عما يخيفه من الأشياء والمواقف. وإذا كان لا بد من مواجهة الشيء المخيف، فحاول قدر الإمكان أن يترافق ذلك مع بعض المرح والبهجة والدعابة.

اللعب

صحيح أن اللعب أمر غير جادّ إلا أن علينا أن نأخذ الموضوع بشيء من الجدية، لأن **اللعب من الأمور الهامة في حياة الإنسان وخاصة في مرحلة نموه وتكوينه**. فمن خلال اللعب يتعلم الولد الكثير من الأمور عن نفسه والناس والحياة. وإذا كان الولد يستمتع باللعب فهذا دليل على أنه ربما كان يتعلم أشياء جديدة هامة عن العالم من حوله. فاللعب مثلاً بالماء والرمل والطين يعلّمه الكثير عن طبيعة الأشياء والمواد المكونة لعالم الجمادات الذي يعيش فيه. واللعب بالحجارة يعطيه فكرة عن الجاذبية الأرضية وثقل المواد. واللعب بالدمى والجنود الصغار يعطيه فرصة للتعبير عن أحاسيسه ومشاعره فيما يتعلق بالعلاقات الإنسانية. وكذلك اللعب بالأقلام الملونة يعلمه الكثير عن الألوان والأشكال، ونفس الأمر بالنسبة للأنواع الكثيرة من الألعاب والأنشطة الترفيهية.

ومع أن الولد لا يلعب عادة من أجل التعلم وإنما من أجل المتعة والتسلية إلا أن هذا لا يمنعه من تعلم الكثير من خلال هذا اللعب. ولا يفرّق الولد عادة في المرحلة الأولى من عمره بين اللعب والعمل. فالأنشطة بالنسبة إليه إما ممتعة تستحق القيام بها أو غير ممتعة والأفضل تجنبها. وهو من خلال هذه المتعة يكتسب الكثير من المعلومات عن البيئة والناس، وكذلك يتعرف على نفسه وعلى ما يستطيع وما لا يستطيع عمله، وما يحتاجه من خبرات ومهارات للقيام بالأعمال.

ويمكنك التعرف على ولدك من خلال مراقبته ومشاهدته وهو يلعب، فأنت تراه يتعلم كيف يتحكم بالأشياء من حوله، وكيف يحاول اكتشاف البيئة وتعلم المهارات، وتراه كيف يتصرّف عندما تعترضه مشكلة أو عقبة، وكيف يحلّ هذه المشكلة. ومن خلال مراقبته وهو يلعب مع الدمى أو الأولاد

الآخرين يمكنك أن تتعرف على طبيعة شخصيته التي تتكون الآن. هل هو مثلاً مصمم وعنيد عند مواجهة مشكلة ما، أم يميل إلى الاستسلام بسرعة أمام التحديات؟ هل هو يميل إلى اللعب والمشاركة مع الآخرين، أم يفضل الاستئثار باللعب لنفسه فقط؟ هل هو سلبي مخرب، أم إيجابي؟ وهل هو يثور ويبكي ويصرخ عندما يصاب بخيبة أمل كالخسارة في اللعب، أم يميل إلى السكوت والقناعة بنتيجة اللعبة؟ وإذا رأى الأولاد ينجحون في اللعب هل يشاركهم فرحتهم ونشوتهم، أم يغار ويمتلئ بالغضب والانزعاج.

ويمكنك بعد ذلك أن تتعرف على مراحل تطوره، ومتى يحتاج لمساعدتك وعونك، ومتى يمكن أن تتركه ليتصرّف بنفسه، ومتى يحتاج للإثارة والتشجيع ومتى يمكن أن يترك لنفسه. وستدرك من خلال كل هذا أهميّة اللعب بالنسبة لتطور الولد ونموه.

ويمرّ الولد عادة في عدة مراحل للعب منذ ولادته وحتى السنة السادسة عشرة تقريباً حيث يقلّ عندها عدد الألعاب والاهتمامات التي يرغب المشاركة فيها. ويصبح الشاب في المرحلة الأخيرة أكثر تخصصاً في الأمور التي يحب القيام بها والتي يتقنها لحدّ ما، وكأنه يفقد عندها القدرة على «اللعب» المميّز لعالم الصغار. ورغم أننا نسمي هذه الخطوات بالمراحل إلا أن هذا لا يعني أن هناك حدوداً واضحة فاصلة بين هذه المراحل. وهناك بالطبع اختلافات فردية كثيرة بين الأولاد. ويميل الولد في المراحل الأولى إلى تنوّع وتعداد هذه الألعاب والأنشطة التي يرغب فيها، وهذا لا شك يعطيه فرصة أفضل للنمو والتجربة الحياتية.

ويفيد للآباء أن تكون عندهم فكرة واضحة عن طبيعة مراحل اللعب، وما هو مناسب لسنّ معينة، وما هو أمين وسليم لمرحلة نموّه. والجدول التالي يعرض هذه المراحل بشيء من التفصيل:

عمر المرحلة	ماذا يجذبه	كيفية اللعب
المرحلة الأولى ٣ أشهر الأولى	الحركات من حوله الأصوات الجذابة واللمس اللطيف	اللعب مع الأم والأب (وهذا مناسب لكل المراحل)
المرحلة الثانية ٣ ـ ٦ أشهر	حركات جسمه، ووجوه الآخرين الأصوات والأنغام والفم	يمسك بالأشياء ويحركها الألعاب المتحركة والمعلقة والناعمة

عمر المرحلة	ماذا يجذبه	كيفية اللعب
	الأشكال وما يضيء	الأكيال الممتلئة بأشياء صغيرة
	النعومة والدفء	الأرض للتدحرج عليها
	حركات الوالدين	القفز على ركبة الوالدين وحضنهما
		الاستماع لصوت الوالدين
		لمس وملاعبة وجه الوالدين
		تحريك يده والنظر إليها
		وضع الأشياء الطرية في فمه
		غرفة مضيئة وجيدة التهوية
المرحلة الثالثة	بيئة المنزل	مكان واسع للتحرّك واللعب
٦ أشهر ـ سنة	أعمال الوالدين	أدوات منزلية
	الأنشطة العضلية/ الحركية	مشاهدة الأم والأب يعملان في المنزل
	الأشياء القابلة للتحريك	الألعاب المصدرة للصوت أو الحركات
	الأشياء القابلة للفحص والتدقيق	الحمّام وألعاب الماء فيه
	الأشياء القابلة للتجزئة والتقسيم	الأشياء التي تتدحرج وتدور
	الأشياء المصدرة للصوت	الألعاب التي تفاجئه (تختفي وتظهر)
	الأعمال المتكررة	الألعاب القابلة للدفع والجذب
	الماء	مكعبات خشبية ليبنيها ويسقطها
	تقليد الآخرين	علب فيها أشياء أخرى
	يرفع صوته	تقليد الناس
		أشياء ليمزّقها
		ناس يتحمّلون الأصوات والألعاب
		والفوضى في أرض الغرفة
المرحلة الرابعة	صبّ السوائل، والأحجام عامة	السيارات المتحركة
١ ـ ٣ سنة	البناء والتركيب	الألعاب المتأرجحة والمتحركة
	الأولاد الآخرون	الألعاب القابلة للجذب بحبل (حصان)
	الجذب والدفع	الكرة
	التصنيف حسب الشكل واللون	الألعاب الناعمة
	إخفاء الأشياء	مكعّبات للبناء والتطبيق
	الصفّ والتقسيم والتجزأة	ناس يقرؤون له

عمر المرحلة	ماذا يجذبه	كيفية اللعب
	الطرق بالمطرقة	ناس يغنون له
	مساعدة الآخرين	ناس يجلسون معه على الأرض
	المواد المعروضة في الأسواق	يراقب الأولاد ويلعب معهم
	جسمه وأعضاؤه	أشياء خاصة به
	دورة المياه	أماكن آمنة ليختبئ فيها
	الاكتشاف والتقصي	أماكن آمنة للتسلق عليها
	أناشيد الأطفال	أشياء آمنة فيها مفاتيح وأزرار
	القصص القصيرة	ماء ورمل
	تلفزيون	ألعاب قابلة للتقسيم والتطبيق (سيارة)
	المشي	برامج الأطفال على التلفزيون
	المحادثة	كتب الصور الملونة
	السباحة	حمامات السباحة/ البحر
	الموسيقى	مساحة مناسبة ليرتب الأشياء
	اختيار ما يريد	ناس يستمعون له
	الكتابة و«التشخيط»	«المبولة» الخاصة به
		زيارات التسوق إلى السوق
		أقلام وأوراق
		أشياء ملونة ومتعددة الأشكال ليصنّفها
المرحلة الخامسة	الألعاب التخيلية	الدمى ـ السيارات ـ الجنود
٤ ـ ٥ سنوات	الألعاب الاجتماعية	الألعاب الميكانيكية (ليغو)
	الأعداد	الكرة والمضرب
	القفز	كرة القدم
	الطبخ والمطبخ	الحيوانات الأليفة المنزلية (قطة ـ سمكة)
	التلوين	أعمدة التسلق
	الآلات الموسيقية	ألعاب الحدائق العامة
	قصص أطول	الأرجوحة
	التسلق والمرجحة	علبة كرتون كبيرة ليدخلها
	الأعمال المنزلية	رفاق اللعب
	أنشطة خارج المنزل	باحة اللعب
	اللبس والمكياج	رسم بالألوان والأصابع

عمر المرحلة	ماذا يجذبه	كيفية اللعب
	البناء والتركيب	المعجون الملون لصنع الأشكال
	التسابق	العجين للطبخ والخبز
	ألعاب الذاكرة والحفظ	مجلات قديمة للقصّ واللصق
	الأحاجي والحزازير	ألعاب القفّاز ـ العرائس
	جمع الأشياء (طوابع)	الدحل والكرات
	أجسام الناس الآخرين	الصور المقصوصة ليكملها (جيكزو)
	تعلم القراءة	الرمل من أجل اللعب
	تعلم الكتابة	أواني من أجل اللعب بالماء
	مفهوم الوقت	الملابس والتمثيل
	النباتات والزراعة	ألعاب تشابه أدوات المنزل
	الأغاني والأناشيد	ألعاب تشابه محلاً تجارياً
	الاختراع والابتكار	ألعاب كقطع النقود
		ابتكار «منزل» للألعاب
		ابتكار «كراج» للسيارات
		ألعاب صفّ الكلمات والصور
		ألعاب التسابق
		أشرطة وبطاريات ومصابيح
		لعبة على شكل الساعة للتعلم
		مزيد من الكتب
		حكايات وقت النوم
		حبوب للزراعة
		ألعاب الكمبيوتر
		السير في الحدائق والأماكن العامة
		الرحل والنزهات الأسرية
		زيارة قصيرة للمتاحف
		أحواض السباحة
		تجميع (أحجار ـ طوابع ـ ورق شجر . .)
		صندوق لجمع الألعاب
		آلة موسيقية
		كتب الرسم والتلوين

وأريد أن أؤكد هنا مرة ثانية على ضرورة متابعة الأهل للعب ولدهم، وأن هذا اللعب يتوقف ـ إلى حدّ كبير ـ على متابعتهم وإشرافهم وقدرتهم على الإحساس بحاجاته وتلبية وإشباع هذه الحاجات من اللعب. وحاول أن ترى العالم بعيون ولدك فالأشياء التي ربما لا يلتفت إليها الكبار قد تثير الكثير من الرغبة والتشويق عند الصغير. ويفضل أن تنزل إلى الأرض وتحاول حقيقة أن ترى العالم كما يبدو لصغيرك. ولا شك أن هذا الأمر سيثير عندك الكثير من الذكريات عما كنت تهوى عندما كنت في تلك المرحلة، وسيساعدك هذا على تفهم ولدك والشعور بمشاعره، مما يساعدك أيضاً على الاستجابة الأفضل لحاجاته.

شراء الألعاب للولد:

وكما تلاحظ من خلال جدول مراحل اللعب أن أفضل الألعاب للأولاد الصغار هي الأدوات اليومية المستعملة في المنزل. كعلب اللبن البلاستيكية الفارغة وبعض أواني المطبخ لسكب الماء، وعلب الكرتون الفارغة لصنع الزوارق والألعاب. **وعند الولد عادة قدرة عجيبة وخيال على تحويل أي شيء إلى لعبة مفيدة ناجحة.** فأي قطع صغيرة من الكرتون أو غيره تصبح بيديه جنوداً صغيرة ممتلئة بالحياة والحيوية. والعلبة الفارغة تصبح منزلاً أو سيارة أو حتى دبابة حربية. وإذا ارتحت من ناحية السلامة إلى أنه لا يوجد أي خطر من هذه الأدوات فلا بأس أن تترك الولد ليلعب بكل هذه «الألعاب». وحاول أن لا تكون سلبياً أمام خياله، فإذا قال لك مثلاً عن علبة اللبن الفارغة: إنها «سيارة» فلا تسارع إلى تحطيم خياله فتقول: «هذه ليست سيارة، إنها لا تشبه السيارات» فبالنسبة إليه هي سيارة كاملة تمشي ولها محرك وعجلات.. وعلى العكس حاول أن تشجع خياله على التصور والإبداع.

ولكن حاول في نفس الوقت أن لا تتدخل كثيراً في ألعابه ولعبه، فإذا كان مندمجاً تماماً في لعبة من الألعاب ومأخوذ الانتباه إليها فاتركه لخياله ولا تحاول أن تفرض عليه أن يخبرك بكل ما عنده عن هذه اللعبة، ولا تحاول أن تتسرع بإبداء اقتراحاتك وكيف يمكنه أن يحسّن اللعبة أو كيف يلعبها. ودعه ليجرّب بنفسه ما يمكن أن يخطر على باله وخياله عن طريق التفاعل مع هذه «اللعبة». اعرض عليه مساعدتك عندما يطلب منك ذلك، أو عندما يكون واضحاً أن الأمر أصبح فوق طاقته واستعداده، وأنه يحتاج حقيقة للمساعدة. **وحاول قدر الإمكان أن تكون مساعدتك بشكل أسئلة تثير بها خياله**

لاحتمالات جديدة بدل أن تكون في صيغة حلول جاهزة.

ومثال ذلك: «والآن ماذا سيحدث إن فعلتَ كذا وكذا..؟».

و«هل يفيد مثلاً أن ترفع هذه قليلاً من هنا؟».

دعه يثق بإمكاناته وقدراته، واتركه ليحاول بنفسه حلّ مشكلاته وصعوباته، وحاول أن تتمالك نفسك فلا تندفع لتحلّ له كل مشكلة وتصحح له كل عمل أو محاولة.

وصحيح أنه من الممكن الاستفادة من معظم الأشياء المنزلية في اللعب، ولكن تبقى هناك فائدة من شراء بعض الألعاب الخاصة بالأولاد وخاصة الألعاب المدرسية التعليمية. والمشكلة في كثير من الألعاب أنها غالية الثمن، وأن الولد سيملّها خلال فترة وجيزة فلا يعود ينجذب إليها، فإذا بها ملقاة في الخزانة. ومهما أبدى الولد من عدم الرغبة بلعبة من الألعاب فلا تحاول أن تجبره على اللعب بها، لأنه قد يستجيب للضغط فيلعب بها أمامك وهو كاره لها، مما سيسبب تحطمها وتكسرها «بالصدفة».

وإذا ألحّ الولد عليك بشراء لعبة ما فهذا لا يعني بالضرورة أنه سيحبها كثيراً وسيتعلّق بها طويلاً. فالولد لا يستطيع أن يقدّر في هذه السن المبكرة ما هي اللعبة التي ستبقى جميلة ومثيرة لمدة طويلة، وما هي اللعبة القصيرة الفائدة والمتعة. وهو ينجذب وينخدع بسرعة لطريقة تصنيع اللعب وتغليفها، أو لطريقة الإعلان والدعاية عن الألعاب.

ومن ميزات اللعبة الناجحة أنها تثير عند الولد فسحة من الخيال والإبداع والتأمل، وقد تكون هذه اللعبة مجرد علبة كرتون كبيرة فارغة، يتعلّق بها الولد كسيارة أو دبابة أو سفينة فضاء تعبر آفاق السماء. وقد يقوم هو بصنع بعض الثقوب في هذه العلبة أو اللعبة، وقد يضيف إليها قطعة خشب صغيرة، وهكذا لا تنتهي الاحتمالات التي يمكن أن يضيفها. والولد بشكل عام يمل بسرعة من الألعاب المعقدة وغير الواضحة والتي لا يفهمها.

وكذلك من صفات الألعاب الناجحة أنها تثير عند الولد الإثارة والتشويق واللغز. ولولا مثل هذه المواقف من الإثارة وحلّ الألغاز لما تقدمت البشرية في كثير من جوانب الحياة الإبداعية والصناعية والعلمية. ونحن نتعلم الكثير من خلال مواجهة الألغاز ومحاولة إيجاد حلول لها.

ويستمتع الولد أيضاً بالألعاب التي تعلمه مهارات معينة كالمعجون الملون والألوان المختلفة. وكذلك بالنسبة لصنع «ألعاب» الكبار كصنع العجين من الطحين والخبز وصنع الحلويات.

ولننتبه إلى حقيقة أن الولد يستمتع باللعب من خلال عملية اللعب بحدّ ذاتها بغض النظر عن المحصلة النهائية ومنتوج هذه اللعبة. فالولد قد يقضي وقتاً طويلاً في صنع شيء أو لعبة أو شكل، ولكنه لا يبدي اهتماماً كبيراً في هذا الذي يصنعه وخاصة بعد الانتهاء من صنعه. وكذلك قد يتشوّق لمساعدة أمِّه في صنع الخبز ولكنه لا يبدي اهتماماً شديداً بالخبز نفسه بقدر اهتمامه «بلعبة» صناعة الخبز. وقد يبدو هذا الأمر غريباً للوالدين لأننا معشر الكبار نضع جهودنا لنصل إلى نتيجة معينة بحدّ ذاتها، ولكن الأمر بالنسبة للولد عبارة عن المتعة والتسلية المصاحبة لهذا العمل بغض النظر عن النتيجة النهائية. فهو يستمتع بطلي الألوان ووضعها وخلطها، وكذلك في قطع المعجون الملوّن وتغيّر شكله بغض النظر عن اللوحة المرسومة أو الشكل المصنوع. وتجنّب أن تنتقده على هذا الأمر، فقد يقع اللوم علينا نحن الكبار الذين نتعلق بالنتائج وننسى بهجة العمل بحدّ ذاته.

اللعب الاجتماعي:

ويبدأ الولد في السنة الثالثة باللعب مع الأولاد الآخرين فيما يسمى باللعب الاجتماعي، حيث يبدأ بمراقبة الآخرين ومحاكاتهم، وأحياناً التفاعل معهم لمدة قصيرة محاولاً الحصول على لعبة ما. ويعتبر كل هذا مقدمات للّعب الاجتماعي الكامل والذي يشترك فيه الأولاد معاً في نشاط واحد، وبحيث يقوم الولد بدوره في هذا النشاط. ويظهر اللعب الاجتماعي الحقيقي واضحاً في السنة الرابعة من العمر. ويقوم الولد خلال اللعب المشترك بتوسعة خبراته ومهاراته، ويتعلم كيف يتصرف مع الآخرين الذين في عمره. وهذا اللعب مع أقرانه يفتح عنده آفاقاً جديدة بإثارة احتمالات كثيرة لكيفية اللعب والقيام بالأدوار، ويثير عنده التخيل والتصورات. ويشجعه على التعبير عن ذاته ومشاعره. ولكن في نفس الوقت يؤدي اللعب المشترك مع الآخرين إلى خيبات الأمل، وإلى الصراع على السلطة، وإلى تكون العواطف والانفعالات الشديدة. ويكون الولد بشكل عام في هذه المرحلة أكثر ميلاً للأنانية والأثرة لنفسه، ليس لأنه يريد هذا، وليس لأنه لا يعبأ بالآخرين، وإنما لأنه لا يعلم حتى الآن طريقة أخرى في الحياة والحفاظ على

الذات. **فهو ما يزال يرى العالم من زاويته وموقعه ومشاعره ورغباته، ولا يعرف بعد أنه إذا أراد اللعب والعيش مع الآخرين أن عليه أن يعطي كما أن عليه أن يأخذ.**

حاول أن تشجعه على اللعب المشترك مع الآخرين من خلال إتاحة الفرص المناسبة للاختلاط بالآخرين في عمره، ومن خلال إقامة علاقات طيبة مع غيرك من الآباء والأمهات الذين أولادهم في عمر مقارب من عمر ولدك. فاللقاء بين الأسر والزيارات الاجتماعية يتيح للأولاد الفرصة الطبيعية للقاء واللعب والاختلاط بالآخرين.

ومن الطبيعي أن يحدث بين الأولاد أثناء اللعب بعض الاختلافات والمشادات، فحاول أن لا تتسرع في التدخل لحلّ هذا الخلاف بينهم، فهم في حاجة إلى اكتشاف طرق حلّ هذه الاختلافات بأنفسهم، وكذلك اكتشاف الطرق غير الناجحة في الحل، وهم في حاجة إلى تجريب الشعور بمشاعرهم ومشاعر الآخرين من خيبة الأمل والاختلاف وربما الغضب والانزعاج، فهذا أقرب إلى الصورة الحقيقية للحياة التي تنتظره في قابلات الأيام.

وقد تلاحظ مثلاً أن أحد الأولاد دوماً يُظلم ويفقد حقّه ولا يُعطى الفرصة الكافية ليلعب وليعبّر عما يريد. وأن هناك ولداً آخر دوماً يسيطر على الأمور ويفرض رغبته الخاصة على الآخرين. بينما هناك ولد ثالث يميل إلى الخشونة والقسوة في معاملة الآخرين. ويمكنك في هذه الحالات التدخل في محاولة لإيجاد شيء من المساواة والعدل بينهم، ولتساعدهم على رؤية رغبات ومشاعر الآخرين، وقد يتطلب هذا الأمر منك أن تكون حازماً وواضحاً في التصرف. ولكن حاول أن لا تظهر بأنك تنحاز لطرف دون طرف، وحافظ على موضوعيتك وعدلك وحيادك، وخاصة إذا كان الأمر متعلّقاً بولدك. وإذا كان على الأولاد الانتظار حتى يأتي دورهم في اللعب مثلاً فاسعَ جاهداً أن ينتظر كل واحد منهم دوره من دون أن يأخذ أحد نصيب أو دور غيره. وإذا انتظر الولد دوره فاسعى أن يأخذ نصيبه وإلا فقد يتعلم أن انتظار الآخرين ليس بالأمر الحسن أو النافع وأنه يفوّت عليه فرصته، وهذا سيشجعه على تكرار أخذ دور الآخرين. إن مثل هذه المواقف في الطفولة تكوّن عندنا نحن الكبار ما نحمله من تصرفات ومواقف في حياتنا مع الآخرين.

الباب الثالث

مشكلات تربوية في الطفولة الأولى

الذهاب إلى السرير والنوم

القاعدة أنه لا يوجد طفل يرغب بالذهاب إلى السرير من نفسه، وإنما يحاول ما وسعه أن يهرب من هذا العمل. ففي الوقت الذي يعتبر فيه الكبار أن الاستلقاء على السرير في نهاية يوم طويل متعب من النعم العظيمة لراحة الإنسان نجد الصغير يعتبر الذهاب إلى السرير حدثاً يقطع عليه بهجته وسعادته في اللعب والمرح. فالطفل بنشاطه وحبّ استطلاعه وانفعالاته يكون شديد الابتهاج بالحياة والعالم من حوله، فهو لا يريد أن يضيّع شيئاً من هذه البهجة، وكأن السرير أكبر مصدر للملل في هذه الحياة. ولذلك نجد أن قضية الذهاب إلى السرير للنوم من الأمور التي قد تسبب مشكلات بين الطفل ووالديه. ففي حين يعتقد الأهل أن الذهاب إلى السرير أمر حسن، نجد الولد لا يشاركهم هذا الرأي مما يسبب اختلاف وجهات النظر والنزاع.

وصحيح أنه لا يوجد جواب واحد مختصر لحل هذا الموضوع إلا أن **هناك قواعد وضوابط من شأنها أن تقلل من هذا النزاع**، وتساعد على الحل الأمثل.

١ - **إياكِ أن تستعملي موضوع الذهاب إلى السرير كعقاب أو تهديد** «إذا فعلت هذا مرة ثانية فسأرسلك إلى السرير» فهذا مما يربط في ذهن الولد بين السرير والحرمان وعدم السرور.

٢ - **على العكس، حاولي قدر الإمكان أن تجعلي من وقت السرير وقتاً للسعادة والبهجة**، كأن يستمتع الولد باللعب في الحمام قبيل النوم، أو أن تحكي له حكاية، أو تَقرئين له قصة وهو مستلق في سريره للنوم.

٣ - حاولي أن لا تسرعي كثيراً في هذه الأعمال المحببة له كاللعب في الحمام وقراءة القصة، **وإنما أعطي الولد الوقت الكافي للمتعة. وحاولي أن تشوقيه إلى الحكاية والقصة التي «تنتظره في السرير»**. ويفيد أن تعتادي

مع ولدك على روتين معين لهذه الأعمال، وأن تحددي مسبقاً ماذا تريدين أن تحكي له من الحكايا، وخاصة أن الولد قد يبدأ بطلب المزيد والمزيد من القصص والحكايا «أحكي لي حكاية أخرى يا ماما». وحاولي أن لا تنساقي في الاستجابة المتكررة لطلباته هذه لأن الأمر قد يتكرر ولا ينتهي.

٤ ـ **ساعديه وشاركيه في الأمور التي يقوم بها في السرير كقراءة الفاتحة أو المعوذتين**، وكذلك وضع لعبته المفضلة التي يرتاح لوضعها أمامه على المخدّة. ولا ضرر من هذه العادة، فالطفل في هذه المرحلة يعيش حياته كلها مع الألعاب. ومن خلال الوقت سيتعلم الولد رويداً رويداً الاستغناء عن هذه اللعبة المفضلة.

٥ ـ **حاولي أن تقدّري حاجته من النوم**. ورغم أن الأطفال يتفاوتون في حاجتهم للنوم إلا أنه وبشكل عام يحتاج الطفل الذي في الثالثة من عمره إلى ما يقارب العشر ساعات.

وليس هناك فائدة من إرسال الطفل إلى السرير في وقت مبكر جداً فإن هذا سيشجعه على مغادرة السرير والذهاب إلى والديه ويحرمهما من راحة المساء. وسنتحدث عن هذا الأمر بالتفصيل بعد قليل.

٦ ـ **حاولي أن تجعلي من غرفته غرفة مشجعة على الذهاب والنوم فيها**. ومثال ذلك أن تكون هادئة ومرتبة وتحوي ألعابه المفضلة والتي يمكن إشراكها في حكاية أو قصة النوم وكأنها ألعاب حيّة. وأن تكون الغرفة دافئة في الشتاء ومناسبة التهوية في الصيف.

٧ ـ **حاولي أن تكوني مقدّرة وحساسة لرغباته الخاصة**. ومثال ذلك: إذا أراد ترك بعض الضوء أو إذا أراد أن تكون الغرفة مظلمة، أو إذا أراد أن يترك الباب مفتوحاً قليلاً أو كثيراً، أو إذا أراد أن تكون الستائر مفتوحة أو مغلقة. فكل هذا لا بأس به. وعلى عكس ما قد يعتقده بعض الآباء الذين يظنون أن غرفة النوم يجب أن تكون دوماً مظلمة، وأن الولد لن ينام إذا كان هناك ضوء في الغرفة. والأفضل أن يستلقي الطفل في سريره وهو ينظر إلى الصور المعلقة على جدران غرفته أو ينظر للسماء من نافذته بدل أن يستلقي في الظلمة وهو قلق مضطرب خائف.

٨ - **حاولي أن تتبعي وقتاً مخصصاً للنوم**، ولكن مع بعض المرونة الخفيفة لبعض الدقائق إذا كان هناك سبب وجيه. ولكن من دون الحاجة إلى جذب انتباه الولد إلى أنك قد مدّدت له الوقت قليلاً وإلا فسوف يسعى للمطالبة بذلك كل مساء. وحاولي أن لا تقولي شيئاً مثل: «لأنك كنت جيداً اليوم فأنت تستطيع أن تسهر الليلة» فهذا يشعره وكأن الذهاب للنوم في الوقت المخصص نوع من العقاب، والأفضل عدم وضع أي معايير قيَميّة لموضوع وقت النوم.

٩ - **حاولي أن تنبهي الولد لاقتراب وقت النوم في وقت مناسب** بحيث تعطيه إشعاراً مبكراً بالأمر ليستعد نفسياً وعملياً للنوم، وخاصة إذا كان منهمكاً في عمل من الأعمال. فهذا يسمح له أن يبدأ بإنهاء ما يعمل ويرتّب حاجاته وألعابه. وليس بالضرورة أن نضع قاعدة أن عليه دوماً أن يرتب أغراضه قبل أن يستطيع الذهاب إلى النوم، وإلا فسيحاول التسويف والمماطلة في القيام بهذه الأعمال، أولاً: لأنه لا يحب القيام بهذا العمل، وثانياً: ليحاول كسب بعض الوقت الإضافي باللعب قبل النوم. حاولي أن تطلبي منه ترتيب بعض حاجاته ومن ثم الذهاب للنوم ولو لم ينتهِ من الترتيب، وأكملي أنت ترتيبها فيما بعد.

والسؤال الذي تطرحه الأمهات عادة هو: ماذا أفعل إذا غادر الولد السرير من جديد؟

إن من شأن القواعد التي ذكرناها أن تجعل وقت النوم وقتاً سعيداً يتطلع إليه الطفل، ومما يزيد سعادته أن يحصل في وقت السرير والنوم على الانتباه الكامل من أمه أو أبيه. وهذا لا يعني أنه سينام بمجرد وضع رأسه على المخدة. فماذا تفعلين إن ترك الولد سريره من جديد، وغادر غرفة النوم؟

إنك في هذه الحالة أمام عدة خيارات. فإما أن تعيديه إلى غرفة نومه وتضعينه في السرير من جديد، ولكن هذا لا يضمن أنه لن يغادر سريره مرة ثانية وثالثة.. وإذا لم تعيديه إلى سريره فسيبقى يلعب ويتنقل من عمل إلى آخر لوقت طويل. فما هو الحل؟

هناك مبدأ سلوكي بسيط في التربية يقول: إن القاعدة التربوية التي لا يمكن تنفيذها هي قاعدة غير صالحة أو غير مجدية. فعليك إذا أردت تنفيذ

قاعدة **تحديد وقت الذهاب إلى النوم أن تشعري ولدك أنك مصممة على تنفيذ هذا الأمر** ولو تطلّب منك الأمر أن تهرعي فور مغادرته للسرير لتعيديه إليه من دون جدال أو حديث وأخذ وردّ. ويفيد هنا أن نذكر أن الولد الصغير قد لا يقصد عصيان والدته وعدم طاعتها وإنما من عادة الطفل أن يستجيب وفق ما يشعر به في اللحظة التي هو فيها. فعندما تضعيه في السرير وتطلبي منه البقاء فيه فالغالب أن يقصد فعل ما تطلبين منه، ولكن بعد أن تغادريه بلحظات قد يشعر بالملل يدبّ في نفسه ويبدو العالم خارج السرير أو خارج غرفة النوم أكثر تشويقاً وإثارة وجذباً. ولا شك أن في عمره هذا يكون ذهن الولد وجسده مفعماً بالحيوية والطاقة فإذا به أمام مقارنة ذهنية بين أمر مجرد وهو طلبك أن يبقى في السرير، وبين أمر حقيقي هو المتعة التي تنتظره خارج سريره أو خارج غرفته. فإذا به يختار الأمر الثاني ليصرف بعض طاقاته وفعالياته.

ويفيد للأم أن تطمئن نفسها أن الولد الذي يكرر مثل هذا السلوك يغلب أن يكون ممتلئاً بالطاقة والحيوية والقدرة على التخيّل، فهو يريد دوماً أن يستغل طاقته في فعل شيء ما، بينما يرى في الجلوس أمراً متعباً ومملاً!

ويتساءل بعض الآباء فيما إذا كان من الأفضل عدم وضع الألعاب والأشياء في غرفة الولد بحيث لا يجد ما يلفت انتباهه ويشغله ويثيره عندما يوضع في غرفته للنوم. ولكن لنتذكر أن الغرفة الفارغة من الأثاث والألعاب لا تكون لائقة ومحببة للولد. ولنذكر أيضاً أنه حتى ولو كانت الغرفة فارغة فهذا لا يعني بالضرورة توقف نشاط الولد وقلة طاقته وحيويته، وأنه إن لم يجد ما يلعب به فسيبدأ بالبحث في الغرف الأخرى، وإذا منع من ذلك فقد يتوجه إلى النافذة أو أغطية السرير ليخترع لعبة جديدة لنفسه. والأفضل أن تتركيه يسرح قليلاً في غرفته، وما هي إلا لحظات حتى يعود إلى سريره أو تجديه قد غفل ونام على الأرض. وعلى كل الأحوال فهو يحاول أن يُعمل عقله وفكره في شيء ما بدل مجرد التمدد على السرير والنظر في سقف الغرفة. ولا تقلقي أنه سيُحرم من النوم، فلا بد للإنسان من أن يشبع حاجته من ساعات النوم، فإذا سهر ليلة فسيعوّضها في الليلة التالية.

ومن شأن هذا النوع من المعاملة أن يسمح للطفل باستعمال طاقته بشكل إيجابي عندما لا يستطيع النوم وأن لا يعطيه فكرة أنه قد عصى أمرك بمجرد

مغادرته للسرير، لأن هذا الشعور سيشجعه على العصيان في المستقبل.

ومن مشكلات نوم الأطفال والتي قد تزعج الوالدين كثيراً هي أن يغادر الولد غرفة نومه بعد أن وضعته أمه في السرير، فيأتي إليها ويطلّ برأسه إلى غرفة الجلوس وقد جلست أمه لبعض الراحة بعد نهار طويل. وعندما تسأله لماذا أتى فالجواب المعتاد أن يكون عطشاناً أو جائعاً، أو أنه قد سمع «أصواتاً في الغرفة»!

وعلى الأم هنا أن لا تسمح له بتعود هذا السلوك. وإذا كان عطشاناً فيمكنها أن تشربه ولكن بعد أن يعود إلى سريره. **والمهم في الأمر أن يعود إلى سريره مباشرة.** والسماح له بالجلوس سيشجعه على تكرار هذا السلوك والاعتياد عليه. وقد يحاول الطفل مغادرة سريره مرة أخرى بعد عدة دقائق. **وعلى الأم هنا أيضاً أن تكرر ما فعلت في المرة الأولى من إعادته مباشرة لغرفته وسريره من دون نقاش.** ومن المفيد أن يشعر الولد أن أمه مصممة على هذا الأمر ولكن **بجمع اللطف مع الحزم.** وحتى لو اضطرت الأم إلى وضع كرسي أمام باب غرفته لتجلس لمنعه من مغادرة غرفته أو سريره. وإذا شعرت أنه خائف فيمكنها أن تمدده على سريره وتمسح له رأسه للطمْأَنة، ولتشعره بأنها متواجدة، وأنها لن تتركه في المنزل بمفرده. ولكن لا ينصح عادة بأن تستلقي الأم معه على السرير، وبألا تقفل عليه باب الغرفة أو تهدده بذلك.

ويُحتمل في بعض الحالات أن الولد يريد أن يكون بجوار أمه لأنه في حاجة إلى الرعاية والانتباه، فعلى الأم أن تعطيه الاهتمام المطلوب أثناء النهار أو لبعض الدقائق في وقت الذهاب إلى النوم. ولكن **لتعلمه أن لها وقتها لنفسها بعد وقت نومه، فهي تحتاج لبعض الراحة أو القيام ببعض أعمال المنزل في المساء.** وقد يتقصّد الولد أن يأتي إلى أمه في المساء لمعرفته بأنها مشغولة بعمل منزلي أو قراءة وكتابة أو بالاسترخاء ومشاهدة التلفزيون. ولكن عليها في هذه الحالة أن لا تسمح له بالبقاء وبمشاركتها عملها، أو بالجلوس معها حتى ينتهي البرنامج التلفزيوني، لأن هذا مما يشجعه على تكرار هذا السلوك.

وكذلك بالنسبة للولد الذي لا يغادر غرفته وإنما يبقى ينادي أمه، ففي هذه الحالة إما أن يكون الولد يشعر بالملل أو يريد كسب انتباه أمه. ولذلك

يعالج الأمر بإعطائه الانتباه المطلوب قبل وقت النوم. وهذا لا يعني أننا نريد من الولد أن لا ينادي أمه أبداً، ولكن إذا ناداك ولدك فيمكنك أن تسأليه ماذا يريد من دون أن تذهبي إلى غرفته، فإذا كان هناك أمر محدد يريده ككأس من الماء مثلاً فيمكنك أن تأخذيه إليه، ولكن أخبريه بلطف أنك متعبة في آخر النهار، وأنك لا تستطيعين الذهاب والإياب بين الغرفتين. ضعيه في السرير وامسحي له رأسه بيدك واتركيه للنوم من جديد. وفي مساء اليوم التالي أخبريه إن كان يريد أمراً أن يطلبه منك قبل أن تتركيه للنوم. وإذا عاد وناداك من جديد وقال: إنه عطش، فأخبريه بأنك قد سألتيه منذ دقائق، وأنك لا تعتقدين أنه عطش في هذه الدقائق.

التغذية ومشكلات تناول الطعام

لا شك أن مما يسعد الإنسان أن يعدّ الطعام للآخرين ويراهم يستمتعون بتناوله وهم يقدّرون هذا. ولذلك ممايزعج الإنسان أيضاً أن يراهم يرفضون تناول طعامه وكأنهم لا يقدرون كرمه وضيافته. ويعتبر الطعام من وسائل تبادل المشاعر والعواطف بين الناس، فقبوله يعني قبول دعوة المضيف ورفضه قد يعني رفض صاحب الطعام. وكل ما يتعلق بالطعام من حيث القبول والرفض له صلة بالعلاقات الإنسانية، وله دلالاته وتفسيراته النفسية والاجتماعية الكثيرة. ولذلك من الطبيعي أن تشعر أن تغذيتك لولدك من علامات محبتك له، ومما يسرك أن تراه يأكل مما تقدمه له من طعام، وبالمقابل قد تشعر بالألم والإساءة عندما يرفض الطعام. ولا شك أن هناك عوامل أخرى وراء فرحك عندما يأكل، وألمك عندما يرفض الطعام فأنت تريده أن ينمو نمواً قوياً وصحيّاً وألا يصاب بنقص ما يحتاجه من الفيتامينات والبروتين... ومشكلة الخسارة المادية أن ينتهي الطعام إلى الزبالة. وكذلك المشكلة الاجتماعية برفض ولدك للطعام وصعوبة التغذية عندما تكونون في زيارة الأقرباء والأصدقاء. وأشد من هذا أن تشعر أنك إن سمحت له بأن يملي عليك رغباته فإنه سيبدأ بالسيطرة عليك في جوانب أخرى من حياته، وأنه سيصبح عنيداً يصعب إرضاؤه.

ومن الشائع أن تكون السنوات الأولى مرحلة للصراع على الطعام بين الأبوين والطفل. وقلة قليلة من الأطفال الذين لا تظهر عندهم صعوبات التغذية في هذه المرحلة. وقد تكون المشكلة عند بعضهم صعبة وكبيرة بحيث إن الطفل يكاد يرفض ويقذف كل ما يقدم إليه من دون اعتبار وتقدير لمشاعر الأم وردود أفعالها عندما ترى الطعام ملقى على الأرض. ومنهم من يقذف باللقمة من فمه على الطاولة أو الأرض مما يسيء ويزعج كل من هو جالس معه على المائدة.

وتحاول الأم أن تقدم له نوعاً من الطعام فإذا رفضه تحاول أن تقدم له نوعاً آخر وثالث وهكذا. وتبدأ الأم بالقلق هل بلع ما يكفي لسدّ رمقه ويساعده على النمو وعدم المرض. ويفيد هنا أن نذكر **أن الولد ورغم هذه الصعوبات فإنه يحصل على ما يحتاجه للنمو الطبيعي والسليم إلا أن تكون هناك مشكلة صحية جسدية**. والغالب أن يكون الطفل الصعب في طعامه نحيلاً، إلا أن هذا لا يمنع أن يكون ممتلئاً بالطاقة والحيوية كأقرانه ممن هم في عمره.

وعند التعامل مع الطفل الصعب الأكل علينا أن نذكر ملاحظتين. الأولى: أن **هناك فروقاً كبيرة بين الأطفال في كمية حاجاتهم للطعام**، وفي مواقفهم من الأكل بشكل عام. والثانية: أن **احتمال أن تصبح صعوبة الأكل مشكلة كبيرة جداً لا يتوقف على مزاج الطفل وإنما على والديه**. فعليهما يتوقف الأمر فيما إذا كان وقت وجبات الطعام سيتحول إلى حلبة صراع أو لا. فإذا سمحت الأم لنفسها بأن تقلق كثيراً على صحة الولد، وتضربه من أجل ذلك، وخشيت أن يصبح ولداً عنيداً تصعب السيطرة عليه في المستقبل، ونتيجة انزعاجها من إلقائه الطعام على الأرض أو السجاد، فالغالب عندها أن يتطور الأمر لتصبح وجبات الطعام وقتاً للنزاع والمشادّة. والذي يحصل أن تضع الأم صحن الطعام أمامه فإذا به يأكل لقمة أو لقمتين ويعلن أنه قد شبع واكتفى، ويبدأ «بلعبة الطعام» مع أمه. فتقوم الأم بتنبيهه إلى ضرورة إتمام طعامه الذي ما زال في صحنه، فيعلن هو رفضه لهذا، وتأخذ الأم بالإلحاح والتصميم، ويتابع هو الرفض. وقد تمسك الأم بالملعقة وتحاول إدخال اللقمة في فمه، فيغلق فمه بقوة وتنتهي اللقمة على خديه وذقنه. وتحاول الأم من جديد فيدير الولد وجهه بعيداً فإذا بالطعام في أذنه. وتُسمعه الأم إرشاداتها الطبية والتغذوية والاجتماعية.. ويتابع هو عناده ورفضه للمساومة. وقد ينتهي الصحن والطعام على الأرض أو الجدار!

وبعد عدد من مثل هذه الجولات يصبح وقت وجبات الطعام وقتاً مشحوناً بالعواطف والانفعالات والصراعات، وكل طرف يحاول الانتصار على الآخر. وتطالبه الأم بطاعتها والانصياع لها ولما تقول، وقد تصرخ في وجهه أو حتى يبكي، فلا يزيده هذا إلا عناداً وممانعة وربما أخذ بالضحك من هذه اللعبة!

وتتكرر الجولات والنتيجة في الغالب لا تتغير، الأم في غضب وانزعاج والولد يضحك أو يبكي، ولكنه بكاء يخفي وراءه نشوة الانتصار!

ولذلك يفيد أن يسأل الإنسان نفسه ما الذي يحدث؟ وكيف تمكن الوقاية من حدوث وتكرر مثل هذه المشاهد؟

والنقطة الأساسية التي يجب أن تدرك هنا أن الصراخ ومطالبة الولد بالطاعة والانصياع لا تجدي شيئاً. نعم، صحيح أن للآباء سيطرة على حياة ولدهم وسلوكه إلا أن هذا لا يعني أنه سيبتلع اللقمة التي تقدم له. فحتى الطفل «المطيع» عادة والذي يحرص على إرضاء والديه والآخرين قد يتردد أو لا يبتلع لقمة الطعام الذي لا يحب.

وإذا بدأت وجبات الطعام ترتبط في ذهن الولد بالتجارب المزعجة من هذا النوع أو المعارك والمشادّات المتكررة فسيبدأ يكره هذه الأوقات، كما أن الأم تبدأ بالانفعال وانشغال الذهن عند اقتراب وقت تناول الطعام. وقد يستغرق الأمر سنوات قبل أن يبدأ الولد بعدم ربط وجبات الطعام بالألم والانزعاج، وقبل أن يبدأ بالارتياح لمشاركة الأسرة وقت تناول الطعام.

وتكون حساسية الطفل لنكهة الطعام وتركيبته أشد من حساسيتنا نحن الكبار وذلك طوال فترة طفولته. فقد نستطيع نحن أن نأكل طعاماً لا نستسيغه ولا نحبه إذا دعت الحاجة إلى ذلك، إلا أن الطفل لا تطاوعه نفسه على وضع لقمة طعام لا يحبه في فمه. ومن العبث والمتعب للأعصاب أن تحاول الأم أن تجبره على تناول ما لا يريد.

والقاعدة الغذائية في السنوات الأولى أن تعدّ الأم كمية قليلة من الطعام، وتضع الصحن أمامه، ومن ثم تتناول الأم طعامها أمامه ليراها تأكل وتفرغ صحنها من الطعام. فتناول الطعام المشترك مع الولد بهذا الشكل يجعل من وجبات الأكل فرصة للمشاركة في الأمور وليس شيئاً طفولياً خاصاً به وحده. وهذا مما يشجع على عدم الملل كما يحصل عندما يُطعم بمفرده، ويشجعه على الاستمرار بالجلوس إلى المائدة مع أمه والآخرين بدل أن يحاول ترك المائدة والعودة إلى ألعابه وحاجاته.

وإذا أراد الولد أن يرفض طعامه فما على الأم إلا أن تذكره أن طعامه سوف يبرد، وأنه لن يصبح لذيذاً كما لو كان ساخناً. وإذا تابع رفضه للطعام

فما عليها إلا أن تتابع تذكيره بتناول الطعام. **وعندما تشعر بأنه لن يأكل أكثر مما قد أكل فلترفع صحنه مع صحنها من دون تعليق أو توبيخ أو تهديد،** هذا إن كانت هي قد انتهت من طعامها وإلا فلتتحدث معه كالمعتاد وهي تتابع طعامها. **والدرس الذي سيتعمله الولد من مثل هذه التجربة أن أمه تستمتع بوجبة طعامها وبجلوسها معه، وبأنها غير قلقة أو مضطربة فيما إذا أنهى كل طعامه أو لا.** أي ليس هناك ما يُتنازع عليه، وليس هناك من صراع أو حرب. وأن وجبات الطعام عبارة عن مناسبات سعيدة يصاحب فيها الولد أمه وبقية أفراد أسرته، ويظفر فيها بالانتباه والرعاية من دون أن يوجد ما يجعله قلقاً إذا لم يكمل طعامه أو لم يستسيغه، ولا يحتمل أن يجبره أحد على الطعام. وإذا سمع يوماً من أصدقائه أن أمهاتهم تجبرهنّ على تناول الطعام فسيندهش ويقدّر في نفسه أمه التي لا تفعل مثل هذا معه.

ولكن ليست هذه كل القصة، لأن الطفل إذا لم يشبع في وقت الطعام فإنه من الأرجح أن يكون جائعاً بين الوجبات. وهذا هو الوقت المناسب لتذكيره بهدوء أنه جائع لأنه لم ينهِ كل طعامه الذي وضع أمامه، ولكن من غير أن نستعمل معه لهجة اللوم والانتصار. ونشرح له كيف أننا جميعاً إذا لم نأكل بشكل جيد عندما تسنح لنا الفرصة وقت تناول الطعام فالغالب أن نجوع قبل وجبة الطعام القادمة، وأن هذه هي حقيقة الحياة. وعلى الأم أن لا تحاول إعطائه الحلويات والسكاكر والشكولاته ليخفف من جوعه بين الوجبات. والغالب أن نسمع من الأهل كيف أن الطفل يبكي ويصرخ وهو يطالب بالسكاكر والحلويات بين وجبات الطعام، وكيف أن الأهل يستسلمون في الغالب لمطالب الولد للحصول على هدوئه ولراحة بالهم من الصراخ والمطالبة والجدال. والأفضل طبعاً في مثل هذه المواقف عدم الخضوع والاستجابة لمطالب الولد، وعدم إعطائه الحلويات والسكاكر. فمعظم هذه السكاكر ليس فيها قيمة غذائية، وهي تفسد شهيته للطعام. وإذا أطلق للطفل في صغره إشباع رغبة حبّ السكاكر والشوكولاته فإن هذه المشكلة ستنمو معه وتزداد سوءاً. وإذا كان لا بد من بعض السكاكر فلتخصص الأم أوقاتاً معيّنة مناسبة لهذا الأمر كأن يكون وسط فترة الصباح أو بعد الظهر، وبكميّات قليلة. ولتحتفظ الأم بهذه السكاكر بعيداً عن متناول الطفل، وأن تعطيه مثلاً سكرة واحدة أو قطعة شوكلاته صغيرة عندما تكون الأم تتناول فنجان القهوة أو الشاي. وسيتعلم الطفل بأنه إن كان جائعاً بين

الوجبات فإنه لا يفيده أن يتوقع أن يملأ معدته بالسكاكر والحلويات، وأن هذا هو الشكل الطبيعي للحياة. وقد يسأل الطفل لماذا لا يستطيع أن يأكل ما يريد من السكاكر. ويفضل للأم أن تأخذ هذا السؤال كغيره من الأسئلة التي يسألها عن حقائق الحياة والطبيعة كمثل: لماذا ينزل المطر؟ فليسأل ما شاء وليتعلم حقائق الحياة. ويكفي للأم أن تجيب بأن كثرة السكاكر تسيء إلى أسنانه، وتسبب السمنة، وتفسد الشهية للطعام.

ولكن إذا شعرت الأم أن الولد جائع جداً أو أنه من النوع الذي يضطرب كثيراً إذا جاع وانخفض عنده مقدار سكر الدم فيمكنها أن تعطيه بعض الفواكه أو التمر أو الفواكه المجففة أو قطعة من الخبز ليسد بها رمقه ريثما يحين وقت الطعام. وإذا ساءت الحالة أكثر فيمكن للأم أن تبكّر وقت وجبة الطعام وتدعه يأكل ويشبع رغبته من طعام مناسب وليس من السكاكر والحلويات.

ومن خلال مثابرة الأم على مثل هذه التصرفات سيتعلم الولد أن لوجبات الطعام روتيناً ونظاماً معيناً. وأن له الخيار في أن يأكل أو لا، وإنما إذا اختار ألا يأكل فإن عليه إن جاع أن ينتظر وجبة الطعام التالية، وهو خلال فترة قصيرة سيفهم نظام الحياة هذا ويتكيف معه.

ومع تعويد الطفل على مثل هذا النظام فعلى الأم أن تتذكر أن بعض الأطفال ينمون عادة على وجبات طعام صغيرة إلا أنها أكثر تكراراً خلال اليوم. وإذا كانت الأسرة من النوع الذي يأكل فطوراً مبكراً وغداء متأخراً فقد يحتاج الطفل لوجبة خفيفة وسط فترة الصباح ومن ثم وجبة غداء خفيف بدل أن يجوع لعدة ساعات ومن ثم وجبة غداء كبير.

والعادة إذا ترك الطفل وجبة طعام ما فإنه سيعوّض عن ذلك في الوجبة التالية، ولا يعني هذا أن يتناول كمية كبيرة جداً في الوجبة التالية، وإنما يأخذ حاجته من الغذاء. ولذلك فإعطاء الطفل الخيار في الطعام يمنع حدوث مشكلات وجبات الطعام، ولكنه يضمن أيضاً أن الولد سيتناول ما يحتاجه جسده من الغذاء. وعلى الأم أن تلاحظ أن الولد يأخذ ما يحتاجه من أنواع الغذاء، والأفضل عدم إعطائه كل ما يحتاج من المواد الغذائية في وجبة الغداء مثلاً عندما لا يكون جائعاً بينما يُعطى الخبز فقط في الوقت الذي يكون فيه عادة جائعاً. وهذا لا يعني طبعاً أن تطبخ الأم له طعاماً لكل وجبة، بل على

العكس فإن أكثر ما يرفضه الطفل هو الطعام المطبوخ. وقد يكون الطفل ممن يفضل الخضار النيئة غير المطبوخة، أو يفضل الأطعمة المطحونة بالآلة فلا بأس أن يتناولها بهذه الطريقة (الجزر مثلاً).

ومع نمو الولد وكبره يفيد للأم أن تحاول أن تسأله أن يخبرها ما يريد أن يأكل لوجبة الطعام، ويفضل ألا تترك الخيار مفتوحاً وإنما تخيّره بين عدة ألوان، كلها تحقق التغذية الجيدة المطلوبة، ولتسأله أيها يفضل. وهذا لا يعني أيضاً أن تفرض عليه أن يأكل الوجبة كلها لمجرد أنه اختار هذا النوع من الطعام، وإلا فسيربط بين «الاختيار» وبين أن عليه أن يدخل الطعام إلى جوفه بالإجبار، مما يفقده الثقة في موضوع الحرية والاختيار هذا. ولذلك لتدعه أمه يختار ولكن لتقبل منه في نفس الوقت أن اختياره كان سليماً إلا أنه عندما رأى الوجبة أمامه شعر بأن الطعام غير شهيّ. وسواء اختار الولد أو لم يختر فلتتابع الأم موضوع تقديم كمية قليلة معقولة من الطعام في بداية الأمر من غير أن تفرض عليه الطعام فرضاً. والأفضل أن تقدم له كمية قليلة ينهيها بدل أن يتعود عادة ترك بعض الطعام في الصحن، ويمكنه دوماً أن يطلب المزيد عندما ينهي الطعام الذي أمامه.

ومن الأسئلة التي يطرحها الأهل كثيراً فيما إذا كان من المفيد أن يستعملوا أسلوب الترغيب و«الرشوة» حتى يُنهي الولد طعامه مثال:

«كل طعامك وسأعطيك بعض الشوكلاته».

«تناول كل طعامك وسأعطيك الحلويات بعد الأكل».

والجواب: أن الإغراء بهذا الشكل لا يفيد، وهو عملياً لا ينجح إلا في بعض الحالات النادرة. فقد لا يكمل الولد طعامه أصلاً ويتعلم كذلك أنه لا يحصل من والديه على ما يريد إلا بشروط ومساومات، وأنه لا يُعطى ما يريد لمجرّد أن يسعد ويبتهج في الحياة.

نعم، يمكن للترغيب أن يحقق العمل المطلوب أحياناً إلا أن الطفل سيعتاد على هذا الأسلوب بسرعة، ويأخذ يطالب برفع «الثمن» باستمرار. هذا بالإضافة إلى تكوين موقف غير سليم من مجمل موضوع الطعام والغذاء. وقد يركز الولد كل انتباهه بشكل أساسي على وجبة الحلويات على حساب الوجبة الرئيسة للطعام.

إذا كان هناك حلويات أو فواكه بعد الطعام فأعطها للولد وحتى إن لم ينهِ كل طعامه. ويفضل ألا تكون الحلويات من النوع الشديد الحلاوة والسكر، والأفضل من الحلويات طبعاً الفواكه الطازجة.

وإذا لم يرغب الولد بنوع معين من الطعام كالجزر مثلاً فليس هناك فائدة كبيرة من تكرار عرض هذا الطعام عليه، ولا ينصح أبداً بإجباره على تناوله. وليس هناك ما يشير إلى أن صحة الولد الذي لا يتناول الجزر أسوأ من غيره من أقرانه. ولا يُعرف تماماً سبب كره الأولاد لبعض الأنواع من الخضار. وقد يكون بسبب مزيج عدة عوامل كمذاق الطعام أو رائحته أو مظهره. والمهم هنا أن نعلم أن معظم الأولاد يتجاوزون هذه المرحلة من خلال الزمن عندما نتركهم من دون إكراه وتعنيف. وإذا كره الطفل نوعاً من الخضار فلا شك أنه سيفضّل أنواعاً أخرى، ولذلك ليس هناك ما يبرر قلق الأهل وانزعاجهم من هذا الأمر.

وتعتبر وجبات الطعام المشتركة مع الأسرة من وسائل تقوية الروابط الأسرية، ومن وسائل إتاحة الفرصة لكل فرد في الأسرة لمتابعة أخبار الأسرة، والترتيب للمشاريع ومناقشة الأمور. ومما يؤسف له أن كثيراً من الآباء والأمهات تفوتهم هذه الفرص أو يفوّتونها على الولد وخاصة الصغير بمبرر «دعه يتناول طعامه أولاً، ومن ثم نتفرغ نحن لطعامنا بهدوء» وهكذا لا يجلسون معاً للطعام والحديث. وبعد فترة تتطور هذه العادة وتستمر حتى يكبر الولد ويصبح من النادر أن يجلس مع بقية أفراد الأسرة للطعام، حيث تصبح أعمالهم مختلفة وأوقاتهم متباينة، واهتماماتهم متنوعة. ويحرم هذا الأمر الطفل فرصة النمو الاجتماعي والأسري ولقاء الراشدين الكبار والحديث معهم، ويحرمه فرصة الشعور بأنه عضو في هذه الأسرة الكبيرة. **وقد لوحظ أن الأطفال الذين يتناولون طعامهم مع والديهم أكثر نمواً في استعمال اللغة بسبب أن لديهم فرصاً أفضل للاستماع لحديث الكبار وللحديث وإبداء الرأي والنقاش.** ووجد أنهم يعلمون أكثر من غيرهم عن قصة حياة والديهم والمعلومات العامة.

وهذا لا يعني ألا يتناول الزوجان طعاماً بمفردهما، فهذا يبقى مفيداً في تنمية العلاقة بينهما وخاصة عندما يكون الأولاد قد أخلدوا إلى النوم. ولكن المقصود أن **الأصل في وجبات الطعام مشاركة كل أفراد الأسرة.** وإذا

كان عمل أحد الوالدين أو كلاهما، والغالب أن يكون الأب، من النوع الذي يتطلب العودة المتأخرة في المساء **فعلى الأقل أن تحرص الأسرة على الطعام المشترك في الصباح وأيام العطل الأسبوعية. وليحاول الأهل فتح المجال لأولادهم للمشاركة الكاملة على مائدة الطعام، وذلك من خلال الحديث وإبداء الرأي**. وأن يحاولوا كذلك الاستماع لهم عند حديثهم، وأن يتكلموا بلغة مبسطة يفهمونها، وأن يشرحوا لهم عندما يسألون مستفسرين عن أمر ما. وأن يتجنبوا تكرار تذكير الولد بضرورة السكوت «ريثما ينتهي والده من الكلام». وأن يسمحوا لهم أيضاً بشيء من «الأخذ والردّ» في النقاش. وأن يظهروا لأولادهم مدى سرورهم من تواجدهم مع أولادهم ومشاركتهم أطراف الحديث، ورغبتهم في سماع رأيهم ووجهة نظرهم في قضية ما. وإذا كنت تريد من الأولاد السكوت ريثما ينتهي المتحدث فاطلب منهم ذلك بلطف، وأرهم من خلال سلوكك أنك أنت أيضاً لا تقاطعهم في كلامهم ونقاشهم. وكما هو الحال في كثير من قضايا التربية والتنشئة فإن إظهار الدفء والاهتمام بالولد وهو على مائدة الطعام يعتبر من الأمور الهامة والتي سيكون لها نتائج طيبة في المستقبل.

وبالإضافة إلى فوائد النمو الاجتماعي واللغوي، ومعرفة الوالدين والمعلومات العامة، فهناك نتائج إضافية بعيدة المدى. **فعندما يعلم الولد أنه قادر على مشاركة الكبار في الحديث والاستماع والنقاش فإن هذا مما يزيد عنده ثقته بنفسه، وثقته بأنه عضو في الأسرة، وأن لديه ما يقوله ويبديه**. ولأنه يحصل على الانتباه والرعاية من خلال الحديث والاستماع فإنه لا يعود يحتاج لجذب الانتباه من خلال السلوك المتعب السيئ. ولا شك أنه سيستمتع أيضاً بأوقات وجبات الطعام، ويزداد احتمال تناوله لطعامه، وينقص كذلك من احتمال أن يصبح من المراهقين الذين يحتاج الإنسان أن يناديهم عشرات المرات قبل أن يأتي إلى مائدة الطعام، أو الذين يأتي أحدهم إلى المائدة ليجلس وهو متضايق وشاعر بالملل ويتحين أول فرصة ليغادرها. والقاعدة التي نستخلصها هنا هي: أشركه في الأمور وهو صغير فسيتعلم أن يشارك الآخرين عندما يكبر.

ويفضل ألا يقلق الأهل كثيراً من قلة آداب الطعام عند الطفل في

المراحل الأولى، **فالمهم أولاً أن يستمتع بمثل هذه الأعمال، وأن يسرّ من تناوله لطعامه**. وسيكون هناك بعد ذلك المتسع من الوقت للتأكيد على قضايا الآداب والأخلاق وعادات الأكل الهامة. والمهم في هذه المرحلة تناول الطعام والصحبة الطيبة، ومنع أن تتحول وجبات الطعام إلى حلبات للمصارعة والتحدي وإثبات الرأي، وبذلك سيستمتع كل من الطفل ووالديه من وجبات الطعام هذه، وسيكون عندهم أرضية صالحة للقيام بالأعمال الأخرى المطلوبة. وفي السنوات التالية ومع كثرة الأعمال والمسؤوليات قد تصبح وجبات الطعام هي الوقت الأساسي للجلوس والحديث ومناقشة الأمور العامة والخاصة، والوقت الأساسي لشيء من الحياة الأسرية الاجتماعية.

التدريب على الحمام

ومن الأمور التي تحدث مشكلات في السنوات الأولى لحياة الطفل هي قضية التدريب على التبول والتغوط والتي سنطلق عليها مصطلح «التدريب على الحمام».

ومن السهولة بمكان أن تصبح هذه القضية أرضية خصبة للصراعات العاطفية بين الطفل وأمه أو والديه. ولا شك أن مما يزعج الأم أن ترى ولدها غير جاف أو نظيف كما هو الحال عند من هم في عمر مقارب لعمره، أو عندما تتكرر «حوادث» التبول والتغوط في الأماكن العامة بينما المتوقع من الذين هم في سنه أن يكونوا قد وصلوا لمرحلة الجفاف والنظافة.

ويعتبر هذا الموضوع من الأمور التي تسبب حرجاً اجتماعياً شديداً وخجلاً للوالدين. مما يسبب شعورهما بالانزعاج حتى من مجرد الحديث في الموضوع مع طبيب الأسرة أو المعارف والأصدقاء.

ولنبدأ نحاول أن ننظر إلى كامل الموضوع من خلال زاوية رؤية الطفل أولاً. ففي المراحل الأولى، اعتاد أنه كلما امتلأت مثانته أو أمعاؤه بالفضلات فالأمر الطبيعي هو أن يتبول أو يتغوط من غير اعتبار للزمان أو المكان أو ظروف الآخرين ومشاعرهم. سواء كان هذا في منتصف وقت تناول الطعام، أو في السرير أو الحمام، أو فور الانتهاء من تغيير المناشف ولبس الملابس النظيفة استعداداً للخروج، أو عندما يحمله أحد الضيوف أو الأقرباء. ويقوم الطفل بالتبول أو التغوط وهو يعلن هذا بمنتهى السرور والبهجة والراحة.

وقد خُلق الإنسان ووضعت فيه طبيعة فطرية تجعله يرتاح لعملية إخراج الفضلات وبمنتهى السهولة، وبذلك ضمنت طبيعته الخَلقية هذه أنه لن يحاول أن يقاوم هذه الحاجة الأساسية ويعرّض نفسه للمخاطر. **ولذلك يصعب على**

الطفل الصغير أن يفهم لماذا كل هذه الجهود التي تبذلها أمه لمحاولة تغيير هذه الطبيعة الفطرية الجسدية.

ولذلك فكل ما يفعله الطفل وهو صغير أنه مجرد أن يستجيب للحاجة الجسدية الطبيعية. ولكن الآن وفجأة وبدون سابق إنذار أصبح في مرحلة يتوقع منه أن يتحكم بعضلات مثانته وعضلات أمعائه، وأن يضبط عمليتي التبول والتغوط. وقد بدأت أمه تجلسه على هذه (المبولة/النونية) الباردة. ويتعجب هذا الولد من أن أمه تفحص هذه المبولة أو الإناء بعد كل مرة يجلس عليها لترى إن أخرج شيئاً أم لا. وإذا كانت فارغة فعلى الولد أن يعود فيجلس عليها ويحاول مرة أخرى. بينما تبتهج الأم وتفرح إذا استطاع أن يضع شيئاً في هذا الإناء، لدرجة أنها قد تغني وتعانقه لفعلته هذه.

ولكن في نفس الوقت إذا مدّ الطفل يده ليمسك عضواً منه يخرج منه البول فإنها تصرخ عليه أمه وتناديه «اتركها ولا تمسك بها».

والأغرب من هذا أن يرى الطفل أن ما كان يصنعه ويرتاح له من إخراج الفضلات أصبح يرسم علائم الانزعاج والغضب على وجه أمه وأبيه. ثم يلاحظ أن أمه في غاية الغبطة والفرح عندما تحمله وتداعبه وهو جاف ونظيف. ولكن في نفس الوقت إذا استجاب للحاجة الطبيعية التي لا بد منها فإنه يُقابل بالامتعاض والغضب وانقباض الحاجبين، وربما بصفعة على القدم أو الفخذ. وقد تزداد الأم غضباً وتحاول ألا تبدي أي ابتسامة أو لمسة حنان!

ونظرة الطفل ذاته لعملية التبول والتغوط لا تعني ألا تقوم الأم بتدريب ولدها على ضبط المخارج واستعمال الحمام، فإنه حتى ولو ترك لوحده فسيتعلم بعد حين ما هو المطلوب والمتوقع منه وذلك عندما يتعلم شيئاً عن طبيعة الأشياء والحياة بشكل عام. إلا أننا نحن الكبار نريد طبعاً أن نسرّع هذه العملية ونحرق المراحل. وليس هناك ما يعاب في هذا التسرع، إلا أن الموضوع يجب أن لا يصبح سباقاً من أجل طفل جاف ونظيف.

إن التدريب على ضبط التبول والتغوط يجب ألا يكون عملية متوترة، وإنما تجربة مريحة لكل من الطفل والأبوين، ومن دون أن ينزعج أحد إذا تعذر الأمر ولم يسر حسب المخطط المتوقع. وكذلك من دون أن يكون للعقاب دور في هذه العملية.

وعندما لا يتفهم الكبار هذه الأمور ويحاولون تحقيق الجفاف والنظافة بأكبر سرعة ممكنة فإنهم يوجِدون بذلك المشاكل والصعوبات المصاحبة عادة لعملية التدريب على النظافة. فالأجواء المشحونة بالغضب والصفع، وإجبار الطفل للجلوس على المبولة لمدة طويلة تزيد من اضطرابه لحدّ لا يستطيع معه التبول أو التغوط وإن حاول وأراد أن يسرّ أمه. وبالإضافة إلى الانزعاج وعدم فهم الطفل لما تريده منه أمه فإن الخوف والانفعال النفسي من شأنه أن يجعل ضبط المثانة والأمعاء من أصعب الأمور. وحتى الكبار قد تضطرب عندهم المثانة أو الأمعاء في حالات الانفعالات النفسية الشديدة.

وحتى عندما يبدأ الطفل بالتعود على استعمال المبولة فإنه يفضل تجنب استعمال النظام المتشدد جداً في قضية التبول والنظافة لأن خلق التوتر والانفعالات النفسية في هذه القضية قد يجعل من الطفل إنساناً قلقاً ومتوتراً وشاعراً دوماً بالذنب، مما قد يؤثر في جوانب أخرى من حياته، أو قد يصبح إنساناً مكبوت العواطف والمشاعر.

ويبدو أن شخصية الطفل المترددة الوسواسية والمتشددة في النظافة إلى حدٍّ يصعب معه التكيف مع الحياة، والتي تشتكي كثيراً ومن كل شيء، والتي تشعر بالذنب الشديد لأقل الأسباب إنما هي شخصية رباها آباء متشددون في قضية التدريب على استعمال الحمام.

صحيح أن التشدد في موضوع التبول والتغوط بحد ذاته قد لا يسبب كل هذا إلا أنه من العوامل المؤثرة والتي تدل على طبيعة شخصية الأبوين المتسلطة وتصرفاتهما المتشددة مع الولد في القضايا الأخرى من الحياة.

وستكون هناك صعوبات إضافية إذا كان الطفل من النوع العنيد والشديد التصميم. فمثل هذا الطفل يكون قليل الاستعداد عادة للتكيف مع نظام تربية أبويه. ولذلك عندما تبدأ عملية التدريب، وبعد أن يفهم الطفل ما هو المطلوب منه فإنه يبدأ بالتحدي والمعاندة المقصودة. فعندما يوضع على المبولة فإنه يحاول متعمداً عدم التبول أو التغوط، فإذا به يتبول ويتغوط مباشرة بُعيد رفعه من على المبولة، أو بعيد ارتدائه ملابسه النظيفة. وينتقل الحال من سيئ لأسوأ مما يشعر الأهل باليأس والإحباط. وهكذا فالأمر الذي يمكن أن يكون أمراً بسيطاً يتحول ليصبح أمراً معقداً وعسيراً ومتعباً للجميع.

فكيف يمكن للأهل تجنب الصعوبات؟

إن الأمر الأول الهام والأساسي هو أن تحافظ الأم (والأب) على الهدوء وعدم القلق. مع المعرفة بأن التحول من مرحلة استعمال (المناشف/ الفوط/ الحفاضات) إلى مرحلة استعمال المبولة يتطلب تكيفاً من قبَل الطفل. ولذلك فسيأخذ هذا بعض الوقت. **وكل محاولة لتسريع هذه العملية ستؤدي إلى تأثير سلبي معاكس مما يطيل مدة هذه المرحلة**.

ولتتحلى الأم بالصبر، ولتحاول أن تتعامل مع الموضوع بدعابة ومرح من الثقة والاطمئنان بأن الأمر سيتم ويتحقق في الوقت المناسب. فهذا الموقف الهادئ سيساعد الولد على التحلي بالهدوء أيضاً، لأنه ليس هناك من فائدة أبداً من جعله قلقاً مضطرباً. ولتساعد الأم ولدها على رؤية التدريب على الجفاف والنظافة كعملية طبيعية فيها الراحة والاسترخاء والمتعة كذلك، وأنها عملية تحقق سعادته هو بالذات وليس أمراً يستدعي العقاب وغضب الوالدين. وعلى الأم أن تطريه وتشجعه عندما يتقدم خطوة للأمام، وأن تتجاهل الأمر أو لا تجعل منه مشهداً حافلاً عندما يتراجع أو لا يقوم بما هو مطلوب منه. وإذا شعرت الأم بخيبة الأمل أحياناً فلتحاول أن لا تظهر ذلك للولد. إنه أمر طبيعي أن يبلل الطفل (منشفته/ حفاضته) بينما من غير الطبيعي أن تصرخ الأم في وجهه من أجل هذا العمل!

والأمر الثاني الهام، هو أن تسلك الأم روتيناً ونظاماً محدداً. فالطفل ينمو بسرعة ويتقدم أكثر إذا اعتاد على نظام معين، حيث يساعده ذلك على رؤية العالم كشيء منظّم، وبالتالي ينعكس ذلك على سلوكه في هذه الحياة.

التدرب على ضبط التغوط:

يتعلم الطفل عادة ضبط التغوط قبل ضبط التبول وبشكل أسهل. ومن أجل التدريب على عدم التغوط يمكن الاستفادة من الحقيقة الملاحظة وهي أن **الطفل يتغوط عادة مباشرة عقب تناول وجبة الطعام، وبذلك تضعه أمه على المبولة بعيد الطعام**، وكذلك كلما شعرت الأم أن الولد سيقوم بالتغوط. ولتتركه جالساً عليها حتى ينتهي من قضاء حاجته، أو حتى يملّ من الجلوس إذا لم يتغوط بسرعة. وخلال فترة قصيرة سيألف الطفل هذا النظام، وهو أن

بعد الطعام سيجلس على المبولة ليداعب أمّه ويسمع حديثها معه. وخلال فترة سيربط بين هذا الجلوس والتغوط وبين قضاء وقت مرح يقضيه بصحبة والدته. ويمكن للأم إذا أرادت تطبيق هذا الأمر من السنة الأولى، ولكن هذا لا يمنع الطفل طبعاً أن يتغوط في المنشفة أو الملابس إذا أراد وخاصة بين وجبات الطعام.

وبعد أن يتعلم المشي وبعض الكلام يمكن لأمه أن تطلب منه أن يخبرها عندما يشعر بالحاجة للتغوط، والغالب أنه سيسعد بإخبارها بهذا الأمر. وإذا تغوط في منشفته يمكن للأم أن تخبره بأنه بعد فترة سيتعود أن يصبح كالأولاد الكبار ولا يتغوط في ملابسه، ولتشجعه على استعمال المبولة. ولا ننسى ضرورة استعمال عبارات «عمل جيد» بدل «ولد جيد» كما مرّ معنا في مكان آخر من الكتاب. ومن دون أن تبالغ في هذا الإطراء والتشجيع لأنها تريد أن تفهمه بأسلوب غير مباشر أنه من الطبيعي والمتوقع منه أن يتغوط في المبولة على كل الأحوال. وقد يطلب الطفل أحياناً أن ينظر ليرى ما أنتج جسده، ولا بأس أن تسمح له بالنظر، ويمكنها أن تشرح له كيف أن الجسم يتخلص من فضلاته.

التدريب على الجفاف من التبول:

يتأخر عادة الوصول إلى ضبط المثانة والامتناع عن التبول، ولذلك على الأم أن تستعد لهذه المرحلة الطويلة والتي قد يتخللها حوادث التبول في ملابسه، وذلك حتى يصل لمستوى جيد من ضبط المثانة. والصبيان أسرع عادة من البنات بسبب توزع عضلات المثانة، إلا أن خطوات التدريب هي نفسها عند الجنسين. والغالب أن يفرغ الطفل مثانته في وقت التغوط وإفراغ أمعائه عندما يجلس على المبولة. ولذلك سيتعلم بعد فترة أن يربط بين التغوط والتبول والجلوس على المبولة. والعلامة الأولى المؤشرة لإمكانية الطفل على ضبط مثانته هي عندما تستطيع مثانته حبس كمية أكبر من البول، ويتجلى ذلك من خلال جفاف المنشفة لساعتين أو أكثر، وأحياناً طوال الليل وحتى الصباح. ويكون ذلك عادة في سن ١٦ ـ ١٨ شهراً من العمر. ويفيد في هذه المرحلة أن تترك المبولة في مكان مناسب وتحت متناول اليد ليوضع الطفل عليها كل ساعتين مثلاً، وكلما شعرت الأم بأن الطفل يريد التبول، أو

عندما يخبرها برغبته بالتبول. وقد يطلب الطفل في بعض الأحيان أن يبوّل إلا أنه لا يخرج شيئاً عندما يجلس على المبولة، وهذا أمر طبيعي تماماً. وسيتعود بعد فترة أن يبول في كل مرة يجلس فيها على المبولة. ويفيد للأم في هذه المرحلة أن تبدأ بعدم وضع المنشفة عندما يكون الطفل معها في المنزل، ولكن لتبقى الأم على استعداد لحالات الطوارئ. وسيتعلم خلال فترة قصيرة أن بإمكانه الآن أن يذهب من نفسه ويجلس على المبولة عندما يشعر بالحاجة للتبول، وبذلك يصبح فخوراً بنفسه أنه أصبح معتمداً على نفسه، وأن أمه تثق به وبقدراته.

وقد تحدث طبعاً بعض حوادث التبول عندما يكون الطفل منفعلاً أو مستغرقاً في أمر من الأمور كاللعب مثلاً، فإذا به لا يشعر بالحاجة للتبول إلا عندما يكون قد فات الأوان فإذا به ينادي طالباً المبولة وهو يتبول في ذات الوقت.

ويجب أن ندرك هنا أنه يصعب على الطفل أحياناً التفريق بين إحساس الانفعال والبهجة وبين إحساس امتلاء المثانة والحاجة للتبول، ولذلك لا يفيد توبيخه ولومه. وحتى لو حدث مثل هذا عند زيارة الأقرباء أو في السوق فلا داعي للشعور بالحرج أمام الناس فالأمر في غاية البساطة، وهو أن طفلاً صغيراً ما يزال في مرحلة التدريب على النظافة.

التبول الليلي:

هناك بعض العوامل التي تزيد من احتمال تبلل الفراش ليلاً، كالبرد وكثرة شرب السوائل قبيل النوم، ولذلك يفيد التخفيف من السوائل قبل النوم من دون أن نعرض الولد للعطش. ويمكن للأم قبل أن تذهب للنوم أن تضع الطفل مرة أخرى على المبولة. ويفيد كذلك أن تضع له منشفة أثناء النوم حتى يصل لمرحلة تكثر فيها الليالي الجافة، وبحيث تشعر الأم بالراحة والثقة أن ولدها قد تعلم ضبط المثانة. ولكن لتنتبه الأم هنا إلى عدم إطالة مدة استعمال المناشف ليلاً لأكثر مما هو ضروري. ومع ذلك قد تحدث بعض حوادث التبول المتفرقة، ولكنه أمر لا بد منه ريثما يجفّ الطفل تماماً. ويمكن أثناء هذه المرحلة وضع قطعة مشمّع/ نايلون على سرير الطفل لمنع تسرب البول لداخل الفراش.

وإذا حدث وتبول الطفل ليلاً فلا مصلحة في صنع مشهد كبير من هذا الأمر، ويفيد مجرد تطمينه أن مثل هذه الحوادث قد تحدث أحياناً في بداية الأمر. ولتحرص الأم على عدم إشعاره بالخوف والقلق والخجل لأن من شأن هذه المشاعر أن تزيد المشكلة وتعقدها.

وإذا تتابع التبول الليلي واستمر فالغالب أنه بسبب اضطراب الولد وقلقه إما من موضوع التبول الليلي ذاته أو من ردود فعل والديه، أو بسبب مشكلة تقلقه في الأسرة. ومن النادر أن يتعمّد الطفل التبول في فراشه ليلاً، ولكن الغالب أنه عندما يستيقظ قليلاً ويكون بين النوم واليقظة فقد يبوّل من حيث لا يدرك هذا تماماً.

وهناك من الأطفال من يبوّل فور استيقاظه وفتح عينيه في الصباح. ويفيد في هذه الحالات أن تستيقظ الأم مبكرة وتأخذه إلى الحمام قبل أن يستيقظ بنفسه. ومن خلال هدوء الأم وسكينتها سيمر الطفل بسرعة في هذه المرحلة ويصل لمرحلة الجفاف الليلي التام. وإذا استمر بالتبول الليلي في بعض الليالي فيمكن للأم أن تشجعه على الليالي الجافة «أحسنت، سرير جافّ اليوم» ولتتجاهل أيام السرير المبلل، ولتغير أغطية السرير بهدوء وكأن شيئاً لم يحدث. والقصد من كل هذا تهدئة الأمور وعدم إيجاد مشكلة مضاعفة وأجواء مشحونة بالعواطف والانفعالات. وهذا ما يساعد على تهدئة الطفل مما يساعده على جفاف المشكلة تلقائياً. وإذا استمرت المشكلة لمدة أطول ـ وهذا نادر ـ فيمكن للأم استعمال ما يسمى بطريقة النجوم وذلك بإعطاء الطفل نجمة ملونة من ورق يلصقها على لوحة أو دفتر كلما استيقظ جافاً في الصباح، بينما تتجاهل الأيام المبللة ولا تعطيه شيئاً عليها. وعندما يحصل على عدد من النجوم (١٠ ـ ٢٠) فيمكنه أن يشتري بعض الأشياء لزيادة دوافعه وتشجيعه على الجفاف. وإن كان من النادر أن يحتاج الأهل لهذه الطريقة العلاجية. وإذا استمر الأمر فعلى الأهل مراجعة طبيب الأسرة أو طبيب الأطفال والذي سيقوم بالفحص المطلوب واقتراح طرق متعددة للعلاج والتي لا نحتاج للتفصيل فيها هنا.

ويفيد أن تسأل الأم نفسها الأسئلة التالية:

- هل هناك ما يقلق الولد في المنزل أو المدرسة، كالخصام بين والديه؟

- هل هو مريض يحتاج لمراجعة الطبيب؟
- هل أنا متشددة كثيراً معه في موضوع التدرب على عدم التبول؟
- هل أعطيه انطباعاً أنه فاشل وسيئ لأنه لم يجفّ بعد؟
- هل أضع له شروطاً قاسية ليحقق الجفاف؟
- هل أنا شديدة وأستعمل العقاب والضرب من أجل التبول؟

وقد يكون الطفل قد جفّ وتعلم ضبط المخارج لمدة ولكنه بدأ من جديد بالتبول عند حدوث أمر ما كولادة أخ أو أخت له. فهذا قد يسبب عنده شعوراً مفاجئاً بعدم الأمن، ورغبة في تقليد سلوك الطفل القادم الجديد ليفوز بذلك باهتمام أمه ورعايتها. وفي هذه الحالة يمكن للأم أن تطمئن ولدها أن الأخ الصغير سيتعلم قريباً الجفاف عندما يكبر ويصبح مثله. وعليها كذلك أن تعطيه ما يحتاجه من الاهتمام والرعاية ليطمئن ويشعر بالأمن من جديد.

ومن الأسئلة المتكررة هو عن الوقت الطبيعي لتطور ضبط المخارج عند الولد؟

ورغم أنه لا توجد هناك قاعدة واحدة ثابتة تنطبق على الجميع إلا أنه من المعتاد أن يبدأ الولد يفهم الهدف من استعمال المبولة عندما يصبح في سن (١٨) شهراً تقريباً، وربما يضبط تغوطه في هذا العمر. وفي معظم الحالات يضبط الولد تغوطه في السنة الثانية.

وفي سن (١٨) شهراً تقريباً يبدأ الولد بطلب المبولة للتبول إلا أنه يبقى يتبول قبل وصوله وجلوسه عليها. **وفي الثانية من العمر يجفّ معظم الأطفال في فترة النهار،** وضبط التغوط نهاراً وليلاً، وبعد ستة أشهر من ذلك يصل لمرحلة الجفاف الليلي، ولكن قد تحتاج أمه لأخذه إلى الحمام مرة واحدة أثناء نومه. وفي الثالثة من العمر يستمر الطفل بالجفاف طوال الليل وحتى من دون الحاجة لذهابه إلى الحمام أثناء نومه، وبذلك يتحقق التدريب الكامل إلا من بعض الحوادث النادرة أحياناً.

وإذا انتكس الولد أحياناً وعاد إلى التبول فالغالب أن هذا بسبب أمر يقلقه كما ذكرنا عند ولادة مولود جديد في الأسرة. والغالب أن لا يستمر هذا الأمر طويلاً، وإنما مرحلة عابرة وتمرّ. ولا شك أن الولد يريد أن يكون كبيراً

ويتصرف كالآخرين، ولذلك يفضل أن لا تتراجع الأم أيضاً في تصرفاتها فتبدأ تعامله كرضيع صغير فتضع له المناشف من جديد، فهي بهذا تشجعه على الاستمرار بالتبول، بينما الأفضل أن تحسن توقعاتها منه، فهذا يعطيه ثقة كبيرة في نفسه وإمكاناته.

الباب الرابع

جوانب من فن التربية

حبّ الانتباه.. والسلوك المتعب

ما الذي يريده الولد من السلوك؟

من المألوف في الأسر عادة مظاهر النزاع والتخاصم بين الأولاد وإخوتهم، وكثيراً ما يسبب هذا الأمر انزعاج الوالدين، والغالب أن لا يدريان ما العمل في مثل هذه المواقف، فإذا بهما ومن حيث لا يدريان ينجران إلى الدخول في النزاع الذي بدأ بين الصغار. وعندما يأتي الطفل ليشتكي أن الأخ الصغير قد أزعجه أو أخذ منه شيئاً، نجد الأم وبسرعة تنساق في القضية فإذا بها تعاتب الأول، وتتوعد الثاني، وتهددهما بأمر من الأمور والتي غالباً لا تنفذها «أنا لن أعود أحبك أبداً!» و«لن آخذك معي أبداً إلى السوق!». وقد تحاول أيضاً أن تصحح السلوك والخطأ في نفس وقت النزاع هذا.

ومن المرجح أن يعرف الأولاد تماماً كيف ستكون ردة فعل الأب أو الأم، فهم يعلمون من خلال التجربة ما يحتاجونه من سلوك أو تصرف ليُدخلوا أحد الوالدين أو كليهما في حلبة النزاع هذه، فتظهر ردة الفعل المكرورة واللامفكر فيها، وغير المؤثرة في حل المشكلة. **ويعرف الولد تماماً كيف يجذب انتباه أبويه، فهو الخبير في جذبهما إلى مشكلاته وقضاياه، وكأنه يضغط على مفتاح كهربائي فإذا بردة الفعل هذه تنطلق بشكلها المتكرر من أبويه**. وقد يدفعهما الولد إلى المجادلة والمحاضرة ورفع الصوت والتهديد وحتى الضرب، وربما للبحث عن حاجاته الضائعة، وتنفيذ ما يريده من عمل كان يمكن أن يقوم به بنفسه. **وفي كل يوم يقع الكثير من الأهل في هذا الفخ الذي ينصبه لهم الولد فيأكلون الطُعم من حيث لا يدرون!** ويعزز الأهل بدورهم ويشجعون على مثل هذا السلوك الخاطئ للولد من خلال تكرار استجابتهم لهذه الإثارة، وإعطاء الانتباه

الشديد لهذه التصرفات. وقد يهدأ الولد لبعض الدقائق بعد حصوله على الانتباه هذا، ولكنه سرعان ما يعود من جديد بحجة أخرى ونزاع آخر، طالما أنه على ثقة بأنه سيلقى من الكبار كل انتباه و«تشجيع».

لماذا يسيء الولد السلوك؟

من المفيد أن يفكر الإنسان في أسباب وغايات الولد من إساءة السلوك، ونعني بإساءة السلوك ألا يُظهر الاحترام للآخرين. **وقد يسيء الولد السلوك أحياناً لأنه يشعر بصعوبات في حياته، وبمشاعر سلبية عن نفسه.** ويتوضح هذا الأمر إذا تذكرنا كم يمر الولد بأمور عليه أن يتعلمها ويتكيف معها في السنوات الأولى من حياته، فعندما تعترضه بعض الصعوبات في إنجاز أمر من الأمور فإنه قد يتراجع في سلوكه خطوات إلى الوراء، ليتصرف بالأسلوب الذي عهده في صغره، عندما كان يعبّر عن خوفه وقلقه ووحدته بالبكاء والسلوك «السيئ» الصبياني.

وهناك خمسة طرق شائعة للتعبير عن هذا السلوك المضطرب:

١ ـ جذب انتباه الآخرين، وجعلهم مشغولين بقضاياه.

٢ ـ الصراع على السلطة والسيطرة، فيحاول أن يدير الأمور بنفسه.

٣ ـ الانتقام، فيحاول إيلام الآخرين وإزعاجهم.

٤ ـ إظهار العجز والضعف، من خلال الاستسلام.

٥ ـ محاولة الحصول على تقدير وموافقة أصدقائه، وهذا مشابه للأمر الأول في جذب الانتباه. وسنحاول إلقاء الضوء على بعض الأمثلة لهذه التصرفات، وكيف يمكن للأبوين التعامل معها.

جذب الانتباه:

يحاول سعيد البالغ من العمر ثلاث سنوات، أن يحصل على الانتباه من خلال إلقاء طعامه على الأرض، فتناديه أمه: «لا تفعل هذا يا سعيد»، فيقف ولكن لبعض الوقت فقط، فإذا به يعود بعد دقيقة لتكرار هذا السلوك، والأم تعطيه بدورها ما يسعى إليه من الانتباه.

إن السعي لجذب انتباه الآخرين أمر واسع الانتشار، وبعض الأولاد

يرغب بهذا الانتباه إلى حدّ كبير بحيث إنه مستعد لمواجهة العقوبة والحرمان من المتع والأشياء من أجل هذا الانتباه، وكي لا يُتجاهل. لاحظ ماذا يحدث عندما تعطي الانتباه تحت ضغط مثل هذا الإلحاح، فالسلوك الخاطئ قد يقف لدقائق، ولكن الأرجح أن يعود ليتكرر من جديد، أو أن الولد قد يلجأ لطريقة أخرى. بينما **يقل حدوث السلوك المنحرف عندما لا يلقى التعزيز والمكافأة، وعندما يُتجاهل ولا يعود يحظى بانتباه الآخرين**. ولذلك يفضل أن لا يُعطى الانتباه عندما يُطلب من خلال مشاجرة أو سلوك خاطئ، أي أن لا يتصرف الكبير بما يتوقعه الصغير ولا يستجيب لهذا الإلحاح. وعلى الأبوين في المقابل أن يعطوه انتباههم ورعايتهم من خلال اللعب والقصص والحكايات والمداعبة، وعندما لا يكون الصغير يتوقع كل هذا، ومن ثم يدرك أن هناك طرقاً سليمة وصحيحة لجذب انتباه والديه، من دون أن يلجأ إلى البكاء وسوء التصرف والإلحاح.

الصراع على السلطة:

لسبب ما تصبح هند البالغة الحادية عشرة من العمر عنيدة وصعبة عندما يُطلب منها القيام بعمل من الأعمال، وخاصة عندما يصرّ أبوها على ذلك، فهناك يبدأ مشهد من الجدال والغضب مما يؤثر على كامل جو الأسرة والمنزل.

والأرجح أن هذا الأمر عبارة عن صراع على السيطرة. فالولد وهو يحاول التنازع على السلطة فإنه لا يقبل التصحيح والتقويم لما يبدر منه من سلوك، والغالب أن يتجاهل هذا التصحيح فإذا بالأمر يزداد سوءاً. وحتى عندما يستسلم الولد ويستجيب لطلب والديه فإنه يبقى على عناده وممانعته وتمرده.

ويفضل غالباً عدم محاولة الفوز في امتلاك السلطة، لأن المعتاد أن تسبب هذه المحاولة في تدهور الأمور وفسادها على المدى البعيد. ويمكن لوالد هند في هذا المثال أن يرفض الدخول في هذا النزاع، ويغادر غرفة ابنته هند قائلاً: «سنتحدث في هذا الأمر في مرة أخرى عندما يكون كلانا هادئاً». ومن المهم طبعاً أن يتحدثا في هذا الأمر في وقت لاحق!

الانتقام:

إن غسان البالغ من العمر ثماني سنوات كثيراً ما «يعاقب» والديه عندما يستاء من أمر ما بأن يكرر تذمره من الطعام «السيئ» الذي يقدم له. وعندما ينهاه أبوه عن الكلام بهذا الشكل فإنه يعاند، ويحوّل وقت تناول طعام الأسرة إلى فرصة لتعذيب أبويه. لقد وجد غسان طريقة فعّالة للانتصار لنفسه، وقد يكون لاشعورياً يسعى للانتقام من والديه.

وعندما يفوز الآباء في الصراع على السلطة وباستمرار، فإن الولد قد يلجأ إلى الانتقام بالبحث عن طرائق أخرى لإيلامهم وعقابهم، وهكذا يندفع الآباء للاستجابة بسرعة، فتبدأ المجادلة والأخذ والرد من غير نتيجة، وإذا بالولد يغيّر في خططه فيبدع طريقة جديدة لإحداث الانزعاج والألم. ولذلك **فالقاعدة أنه بشكل عام لا يفيد أسلوب الهجوم المضاد مع الولد.**

ولا شك أن مثل هذه الحالات تعتبر من المواقف الصعبة، **ولكن إذا حافظ الوالد على هدوئه وسماحته فإنه يستطيع عاجلاً القضاء على حدّة المرارة والشحناء في هذه «الحرب»**. ويفضل أحياناً في مثل حالة غسان هنا أن يقول الوالد وبكل هدوء: حقيقة أنه مما يبدو أن غسان لا يحب هذا الطعام، وأنه إذا رغب بعدم تناوله فما عليه إلا أن يتركه، ومن ثم يغيّر الوالد الموضوع، وينتقل إلى حديث آخر.

إظهار العجز:

تتباطأ ليلى البالغة الخامسة من العمر كل صباح في ارتداء ملابسها، وتظهر عجزها عن «تزرير أزرار الملابس». والغالب أن أمها تأخذ هذا الطعم، فهي تبدأ أولاً بالجدال معها، ومن ثم تهرع لنجدتها وتلبيسها ثيابها. ولقد تعلمت ليلى أن تحصل على كل الانتباه والرعاية التي تريدها من خلال إظهار هذا العجز، مع أنه في إمكانها أن ترتدي ملابسها بنفسها وبشكل كامل.

ويُظهر الولد المتردد وغير الواثق من نفسه مثل هذا العجز والضعف، بحيث أن الآباء يندفعون إمّا إلى لومه أو إلى الإسراع لمساعدته، والقيام نيابة عنه بالعمل المطلوب منه، أو أن يعطوا انتباههم لمظاهر العجز هذه. ولا شك أن هذا مما يزيد في المشكلة بدل أن يحلها، حيث يزداد عند الولد

الشعور بالإخفاق والعجز عن القيام بالأعمال المطلوبة منه، فلا يعود هناك تقدم أو تحسن.

إن الخطوة الأولى في التعامل مع مثل هذه الحالات من مظاهر الضعف والعجز أن نمتنع عن مكافأة هذا السلوك بعدم إعطائه الانتباه والرعاية. ومن الأمور المساعدة أن نبحث عن بعض الإنجازات والتحسن ولو الخفيف لنشجعه ونزكيه، ولو حتى مجرد بذل الجهد والمحاولة في التحسن.

تقدير الأصدقاء:

يكرر زياد البالغ خمس عشرة سنة العودة إلى المنزل في ساعة متأخرة من الليل رغم ملاحظات الأهل ومحاضراتهم المتكررة له، إلا أن ضبطه للوقت يبقى رديئاً.

ومع تقدم عمر الولد أو المراهق فإنه يشعر بالحاجة الشديدة لإبهار أصدقائه، وهذا مما يؤدي إلى بعض السلوك الخاطئ الذي يقلق الأهل ويخيفهم. ومن السهل أن يقع الأهل في دوامة مفرغة من الجدال والنقاشات والانتقادات المتكررة.

وإذا قام الوالد بتقريع ابنه أمام أصدقائه، فإن الولد سيشعر بالإساءة والغضب، مما قد يجعله أكثر عدوانية ومعاندة. **والأفضل أن يؤجل الوالد الحديث في هذه المشكلة، ويحاول أن يظهر بعض الاهتمام بالأنشطة التي كان الشاب يقوم بها عندما كان خارج المنزل.** وفي وقت لاحق يستطيع الوالد معالجة الموضوع بشكل أكثر فعالية، كما سنرى في فصل آخر حول موضوع «التأديب».

ضرورة تغير أساليب الكبار:

هذه إذن بعض الأسباب التي تجعل الولد يسيء التصرف والسلوك، وهو لا يقوم طبعاً بهذه الأعمال عن وعي منه، وإنما العادة أن يتصرف دون إدراك لحقيقة ما يحاول الحصول عليه. ويفيد عند مواجهة سلوك سيئ من الولد أن يسأل الأهل أنفسهم «كيف هي مشاعري في هذه اللحظة؟» حيث إن هذه المشاعر قد تفيد في تعيين أي من الأمور الخمسة المذكورة آنفاً يحاول الولد السعي إليه. فعندما يشعر الأهل بالانزعاج، فمن المحتمل أن الولد

يسعى لجذب الاهتمام. وعندما يشعرون بالغضب، فقد يكون يحاول امتلاك القدرة والسيطرة. وعندما يشعرون بالألم والإساءة، فقد يكون لأن الولد يحاول الانتقام منهم. بينما يكون الشعور بالعجز دليلاً على أنه يُظهر الضعف والعجز. وعندما يشعرون بالقلق والخوف، فقد يكون هذا مؤشراً إلى سعيه للحصول على تقدير أصدقائه.

المهم في الأمر أن يفكر الأهل في احتمالات ما يحاول الولد الحصول عليه، وعندها يستطيعون تجنب الوقوع في الفخ، وعدم القيام بردة الفعل السابقة والمعروفة والمتوقعة من قبل الولد. وهناك من يرى في هذا الأمر الخطوة الأولى من أجل أبوّة وتربية مؤثرة فعالة.

والنصيحة إذن أن يتصرف الأهل بالطريقة غير المتوقعة، وربما المعاكسة حتى لما اعتادوا عليه في التجارب والمحاولات السابقة. فإذا كان الوالد في العادة يصرخ، فليحاول هنا أن يحافظ على هدوئه غير المتوقع. بينما إذا كانت عادته الهدوء، فربما يفيد أن يكون أكثر حزماً وتصميماً. وليحاول ألا يعطي انتباهه لمجرد أن يطلبه الولد بهذا السلوك السيئ. وينصح الأهل بالانسحاب قليلاً إذا شعروا أنهم بدأوا يدخلون في جولة من الجدال أو النزاع. وإذا شعر الوالد بالرغبة في التوبيخ والنقد، فقد يفيد أن يبحث عن أمر حسن إيجابي ليُنبه إليه ويشجع عليه. وليحاول الآباء تجاهل مقدمات ومثيرات النزاع والشجار إلا إذا كان هناك ما ينذر بالخطر الشديد.

وبهذه الطريقة يبدأ الآباء التفكير في سلوكهم، وبتغيير طرائق تصرفاتهم غير الفعالة، والتي لا يفكرون فيها عادة وإنما يعاملون بها أولادهم بشكل انعكاسي لا إرادي. وبهذا التغيير لا يعود الآباء يشجعون تكرر السلوك المنحرف من حيث لا يدرون.

قضاء الوقت معاً:

في هذا الكتاب كما في غيره عن تربية الأولاد، هناك تأكيد على موضوع امتلاك المهارة والخبرة في التعامل مع الأولاد، ولكن علينا ألا ننسى **أن مهمتنا وواجبنا الأساسي هو أن نحب هؤلاء الأولاد، وأن نقضي معهم أوقاتاً كثيرة.** فيجب أن يكون هناك وقت للتحادث معهم، ووقت للاستماع

إليهم، ووقت للمسامرة والاسترخاء والمداعبة معهم، ووقت لتشجيعهم وبث الثقة في أنفسهم، ووقت للأكل معهم، ووقت لنريهم عطفنا وعواطفنا نحوهم.

إن إعطاء الولد الاهتمام الإيجابيّ والصحيّ المطلوب يعتبر من العوامل الهامة والفعالة في التربية، وهو بأهمية العامل السابق الذكر الذي هو التصرف بالشكل المعاكس للمألوف.

اعرف نفسك، تعرف ولدك:

اقرأ الأمثلة التالية وحدّد منها ما يزعجك عادة من ولدك:

- لا يغادر السرير في الصباح بسرعة.
- لا يرتدي ملابسه بنفسه وبشكل حسن.
- لا يغسل وجهه بنفسه في الصباح، ودوماً يحتاج للتذكير.
- دوماً يترك الأبواب مفتوحة.
- يلوث الأرض بالطعام عندما يأكل.
- لا يراعي آداب الطعام عندما يجلس للمائدة.
- عندما أخاطبه فإنه يرد على الكلام وبدون احترام.
- دائماً يتشاجر ويتحرش بإخوته والآخرين.
- يظهر أحياناً نوبات الغضب والذعر والصراخ عندما يريد شيئاً.
- يشكو ويتذمر لأقل أمر.
- بطيء جداً إذا أراد أن يقوم بعمل ما.
- يتأخر بالقدوم إلى مائدة الطعام.
- يأكل ببطء شديد، أو يأكل بشره ودون أناة.
- يهمل ويتسارع في كتابة وظائفه.
- لا يتعاون مع الآخرين في المنزل.
- يكثر من التفرج على التلفاز.
- يزعج الأطفال الآخرين، ويظهر قوته عليهم.
- يكذب في الحديث.

- لا يخبرنا إذا كان هناك أمر هام.
- لا يذهب للسرير من أجل النوم في الوقت المناسب، وإذا ذهب فإنه لا يبقى فيه طويلاً.
- يظهر عدم الاحترام للآخرين.
- لا يخالط الأولاد بلطف.
- دوماً يتسلق الأثاث والمفروشات المنزلية.
- يكتب على الجدران.
- كثير تقلبات المزاج، ويبدو عليه الاكتئاب أحياناً.
- يبقى خارج المنزل لساعة متأخرة.
- أمور أخرى...

والآن بعد النظر في سلوك الولد المزعج، يا ترى ما هو سلوكك المعتاد وتصرفاتك في مواجهة مثل هذا السلوك؟ هل هو الضرب، أو التجاهل، أو الصراخ، أو الجدال، أو دفع الولد عملياً للقيام بأمر من الأمور، أو حرمانه من بعض مظاهر الدلال والحلويات، أو التهديد، أو الترجّي والتودد إليه ليقوم بالعمل المطلوب، أو الترغيب بهدية أو مكافأة، أو..؟

فيا ترى إذا أردت أن تغيّر طريقة تصرفك المعتادة، فما هو الشكل الجديد الذي تراه مناسباً؟

هل يمكنك أن تفكر بأساليب أخرى يمكن أن تكون أكثر فائدة وتأثيراً؟

أمثلة ومواقف عملية:

في تتمة هذا الفصل، سنحاول أن نركز على مثال عملي واحد، والذي هو مثال لنموذج من السلوك الذي يجد الأهل في علاجه عادة صعوبات وعقبات. وسنحاول أن نخطط لتغيير التصرف المعتاد إلى طريقة جديدة، والتي يمكن أن تكون معاكسة تماماً لردة الفعل المعتادة. ولا توجد طبعاً ضمانة أكيدة لنجاح تام لهذا الأمر، إلا أنه من المرجح أن يتم هذا الأمر. وعلى كل حال، وحتى إن لم تنجح هذه الطريقة الجديدة فإننا لن نخسر شيئاً من محاولتها مع الولد.

ونعرف من التجارب السابقة الكثيرة أننا كلما كنا أكثر دقة في تخطيط التصرف الجديد، كلما كانت النتائج أفضل. ومما يوضح الأمر أن نستعين بالكتابة فنسجل النقاط الهامة، والخطوات المطلوبة في التصرف الجديد.

لنقرأ معاً المحادثة التالية، ثم لنحاول أن نفكر في الأسئلة الواردة بعدها:

الأم (وبشيء من الانزعاج): كم مرة قلت لك يا عدنان ألا تلقي حقيبتك هكذا في مدخل المنزل. انظر أيضاً أين وضعت معطف المدرسة!

عدنان (غاضباً): انتظري قليلاً، سأرفع هذه الأشياء بعد دقيقة.

وبعد نصف ساعة.

الأم (وبغضب): حسبتُ أنك ستأخذ أغراضك من هذا المكان، وترتب الغرفة.

عدنان: إنك دوماً تكررين «افعل.. افعل». قلت لك: إني سآخذ هذه الأشياء، ولكن أعطيني فرصة.

الأم (وبغضب ظاهر): انظر، إذا لم ترفع حقيبتك ومعطفك الآن وبسرعة فسترى ماذا سأفعل. إني أنذرك الآن لآخر مرة.

وأخيراً، وبعد مزيد من الجدال والتهديد، والأخذ والرد أخذ عدنان حاجياته، إلا أنه لم يرتبها في غرفته وإنما ألقاها في الممر خارج غرفته.

وفي نهاية هذا المشهد نجد أن الأم قد ازداد غضبها، ولهذا فإنها قد دخلت مع ولدها في دوامة من الصراع على السلطة.

هل يمكنك أن تتعرف على الوسائل غير الفعالة التي استعملتها الأم في معالجة هذه المشكلة، وكيف أنها بتصرفاتها قد شجعت ولدها على الاستمرار في هذا السلوك؟

ولننظر الآن في **المشهد الثاني**.

الأب: ماذا تفعلان في هذه الساعة المتأخرة خارج السرير؟ اصعدا فوراً إلى غرف نومكما!

ليلى: ولكن يا أبي، إن نور قد شدّت لي شعري.

الأب: هل شددت شعر أختك يا نور؟

نور: لم أكن أقصد أن أشدّ لها شعرها.

ليلى: نعم، لقد أردتِ أن تشدي شعري.

نور: لا لم أرد ذلك، وعلى كل حال لقد كنتِ تغنين بصوت مرتفع، ولم أتمكن من النوم.

الأب (غاضباً): لا أدري من منكما أسوأ من الثانية، ولكنك يا نور أكبر من أختك، وعليك أن تدركي هذه الأمور أكثر منها. والآن اصعدا إلى غرفتكما للنوم حالاً، وإذا سمعت صوتكما مرة ثانية فسأصعد لأؤدبكما.

وهكذا نجد الوالد منزعجاً في هذه الحالة، وقد نجحت الطفلتان في جذب انتباه والدهما.

يا ترى ما هي الأمور المستنتجة من هذه المحادثة، والتي توحي بعدم تأثير هذا الأب؟

وما هي الأمور التي ربما تشجع الطفلتين على الاستمرار في مثل هذا السلوك؟

المشهد الثالث:

سمير (وهو يضحك ويلعب مع صديقه علاء): لقد وقع كأس الحليب من يدي (يزداد ضحكاً).

الأم (منزعجة): انظر ماذا فعلت الآن! ماذا حصل لك هذا المساء يا سمير؟ أعرف أنك عادة تتناول عشاءك بهدوء.

سمير (وهو يتظاهر أمام صديقه): كلا، إنني لا أتناول طعامي بهدوء! هذه الكؤوس اللعينة صغيرة، وهي تقع من اليد بسهولة.

الأم (وبغضب): سمير، لا تتحدث معي بهذا الأسلوب، فهمت!

سمير (مقلداً أمه): فهمت، فهمت، فهمت (يزداد ضحكاً).

الأم (وبغضب ظاهر): اذهب إلى غرفة نومك حالاً، ولا أريد أن أراك.

سمير: حسناً، أنا ذاهب، إنني لا أريد طعامكِ هذا. هيا تعال يا علاء لنذهب إلى غرفتي.

ففي رأيك لماذا يتصرف سمير بهذه الطريقة؟

وما هي الأمور التي تجعل معالجة الأم لهذا الموقف غير فعالة؟

إرشادات إلى الأهل: *(انظر الجدول الأول)*

إذا شعر الولد عادة بالانزعاج والضيق والنظرة السلبية إلى نفسه، فإنه لا يعرف كيف يفكر بوضوح ويرتّب أفكاره، ولذلك فقد يسيء السلوك لجذب الانتباه إلى نفسه، أو لامتلاك السلطة والسيطرة، على أمل أن يحسّن هذا من المشاعر المزعجة والسلبية. **ومما يفيد أن يدرك الآباء هذا الأمر فلا يقعوا في هذا «الفخ» فاستجابتهم لهذا النوع من السلوك لن تجعل الولد سعيداً، وإنما من شأنها أن تشجعه على تكرار هذا النوع من التصرفات الخاطئة لجذب الاهتمام.**

وفي علاج هذا الأمر حاول كما ذكرنا أن تفعل غير المتوقع، وربما المعاكس لما تفعله عادة، **وتجنّب التعليق على غضب الولد وجداله وعناده.** فيمكنك مثلاً مغادرة الغرفة لبعض الوقت، أو الانشغال بعمل آخر، فيساعد هذا على تهدئة الموقف وتغير المواقع، وستشاهد وخلال فترة قصيرة تبدلاً ملحوظاً وتحسناً في السلوك.

ومن المهم أيضاً أن نعطي انتباهنا إلى السلوك الإيجابي الحسن، فنشجع عليه بإعطاء الولد الوقت والانتباه والرعاية، عندما تكون قد هدأت الأمور.

ومن عادتنا نحن الكبار، أن نعامل الصغار بأسلوب غير مرن، وبردود فعل غير مُفكر فيها. وبما أنه ليس من السهل تغيير هذه الطرائق المعتادة من السلوك، فعلينا أن نسعى للتغيير الخفيف البسيط، ومن خلال الوقت سيزداد هذا التغير وتتراكم آثاره. ومما يفيد أن يتناسى الأب (أو الأم) الفكرة المثالية أن عليه أن يصبح أباً ممتازاً في كل الجوانب دفعة واحدة، وإنما يحاول اختيار موقف واحد يشعر أنه غير ناجح في التعامل معه، وقد يتعلق هذا الموقف بولد واحد من أولاده، ومن ثم يحاول ألا يتصرف بالأسلوب المعتاد. ومن شأن هذا الأمر أن يكون بداية حسنة للتقدم، وتغير تعاملنا مع سلوك الصغار.

وهناك أربعة مبادئ أساسية في تأمين الجو الصحي المساعد على امتلاك علاقات جيدة مع الأولاد، وفي مساعدتهم على النمو السوي. وهذه المبادئ هي:

١ ـ **الاحترام المتبادل،** وتقدير خصوصيات كل طرف واحتياجاته.

٢ ـ التشجيع والانتباه للسلوك الجيد الإيجابي *(انظر فصل التشجيع)*.

٣ ـ **تخصيص وقت لقضائه مع الأولاد**، للنزهة والمداعبة واللعب والمرح، فهذه الأنشطة الخفيفة مفيدة في تخفيف التوتر الأسري، وتدفع للتعاون والمشاركة.

٤ ـ **المحبة المشتركة بين كل أفراد الأسرة**، وأن يُشعر الوالدان أولادهما أنهم هامّين جداً في حياتهما، وأنهما يحرصان على سعادتهم حرصاً شديداً.

وهناك دراسات تشير إلى أن الأولاد الذين يتربون بين أبوين ودودَين يحبان بعضهما عندهم فرصة أفضل للنمو السوي الطبيعي، بعكس من يتربى في جو مشحون بالكراهية وعدم الانسجام.

ومن المهم بالنسبة للأم التي تقضي كل يومها مع الأولاد في البيت، أن تخصص وقتاً، ولو حتى نصف ساعة، تقضيه بهدوء بعيداً عن ضجيج الأولاد. وليست هذه الاستراحة هامة بالنسبة للأم فقط، وإنما هي لمصلحة الأولاد أيضاً، حيث تصبح الأم أكثر قدرة على النشاط والمتابعة والعمل مع هؤلاء «العفاريت» الصغار.

ولا ننسى أهميّة تخصيص بعض الوقت يقضيه الأبوان مع بعضهما، وهذا غير الوقت الذي يقضيانه مع أولادهما.

إن الضرب والصفع والإذلال، وكل أنواع الصراع على السيطرة والعنف، من شأنها أن تزيد الأمر سوءاً، وتدفع لمزيد من العنف والانتقام، وهكذا يدخل الآباء في الحلقة المفرغة مع أولادهم.

لا تخشَ من نتائج محاولة تجاهل السلوك السيئ لبعض الوقت، فأنت ربما تشجع على مثل هذا السلوك بتوجيه الانتباه إليه. إن تجاهل السلوك المنحرف لبعض الوقت، لا يعني الموافقة عليه، وإنما هي طريقة حكيمة لإيجاد فرصة وجو أفضل للعلاج والتغير المناسبين.

إن مستقبل الإنسانية مرهون بمستقبل الأسرة، ولن يصلح المجتمع والأمة حتى تصلح الأسرة، ومن هنا تأتي أهمية هذه الأفكار والخطوات العملية البسيطة التي تغير أسلوب تعامل الآباء مع أولادهم. فالأمور الكبيرة العظيمة ما هي إلا تراكم للأمور الصغيرة البسيطة، وكما يقول الحديث النبوي الشريف: «أحب الأعمال إلى الله: أدومُها وإن قلّ»[1].

---

(١) حديث صحيح؛ «صحيح الجامع الصغير» (١٦٣).

الجدول الأول
تجنّب أخذ الطعم

السلوك . . الطعم	رؤية الآباء للسلوك	ويدخل الأهل الدوامة	تجنب أخذ الطعم
خصام وشجار مستمر بين الأولاد، فيأتي أحدهم باكياً يجذب انتباه أمه .	يحاول الولد جذب الانتباه فيشعر الوالدان بالانزعاج .	تشجع الأم هذا السلوك بإعطاء الولد الانتباه الذي أراد، وقد تحاول التدخل لحل خصامهم، إلا أن هذا السلوك يتكرر مما يظهر عدم جدوى طريقتها .	تجنب الدخول في شجارهم إلا إذا كان هناك خطر حقيقي . لا تعطي الانتباه عندما يُطلب بهذا السلوك، بل خصص وقتاً لتنبه إليه .
يرفض زهير (١١) أن يأخذ صحنه إلى المطبخ بعد الطعام، وأن يساعد في غسل الأواني .	يدخل الولد في صراع على السلطة فيشعر الوالدان بالغضب .	يتدخل الأب فيصرخ ويعطي محاضرة، ويجبر زهير على حمل صحنه . فينقم الولد على والده ويخطط للانتقام .	من الأكثر تأثيراً ألا تحاول الدخول في صراع على السلطة . انسحب من المواجهة وتكلم في الأمر بعد الهدوء .
رفضت ليلى (١٥) أن تتكلم مع أمها لمدة أسبوعين .	يحاول الولد الانتقام فيشعر الوالدان بالألم والانجراح .	تغضب الأم وتفقد صبرها وتهدد بماذا سيحدث إذا استمرت ليلى برفضها للحديث . فإذا بها تزداد تصميماً على عدم الكلام .	لا يفيد اختبار مدى متانة العلاقة مع الأولاد، وسيصفو الجو عندما تحافظ على وداعتك وابتسامتك .
إن عدنان (٨) بطيء في أعماله وتصرفاته، وليس عنده أصدقاء .	عندما لا يحسن الولد التصرف يشعر الأبوان باليأس والعجز .	يحاول الوالدان دفعه أو عتابه، وأحياناً أخرى يفقدان الأمل . وقد يشعران بالشفقة فيقومان بأعماله . فلا يتقدم ولا يتحسن .	لا فائدة من مجرد الشفقة أو النقد، ولكن تنبه للجهد الذي يبذله والتقدم الذي يحققه، فالتشجيع يصنع العجائب .
فقد حسان (١٣) الرغبة في الدراسة، وبدأ يتأخر خارج المنزل .	يسعى الولد لجذب استحسان ومدح أصدقائه فيشعر الوالدان بالقلق وانشغال البال .	يغضب الأبوان ويشاجران ويهددان، مما يوتر جو الأسرة ويجعله كئيباً وغير مريح لأحد .	أبدِ اهتماماً به وبأصدقائه، وخصص وقتاً للحديث معه، وتذكر أن العمل أفضل من مجرد الكلام .

تحمل المسؤولية

لا يستطيع عدنان الصغير السن ارتداء ملابسه بنفسه، ومع ذلك فأمّه تطلب منه كل صباح أن يبدأ بارتداء ملابسه، وتنذره باستمرار أنه إن لم يحاول ارتداءها فإنها ستحرمه من هذا وذاك. وهي عادة لا تنفذ شيئاً من هذه التهديدات، بل على العكس فإنها تهرع لإلباسه بنفسها رغم ثورتها وغضبها. لقد تعلم فوائد عجزه عن القيام بالأعمال، فبالإضافة إلى أنها تقوم بإلباسه ملابسه، فإنه يظفر أيضاً باهتمامها ورعايتها. وبدل أن تقضي الأم وقتاً لتدريبه على ارتداء الثياب، فإنها تعلمه على أن لا يتحمل المسؤولية بنفسه. وهي بتصرفاتها هذه لا تدرك طبعاً أنها هي التي أوصلته إلى ما وصل إليه.

لا أحد يتوقع من نعيمة البالغة من العمر اثنتي عشرة سنة أن تأخذ نصيبها من أعمال المنزل، فنجد أمها تطبخ، وتنظف المائدة بعد الطعام، وتغسل الثياب، وتكوي الملابس، وحتى أنها ترتب سرير نعيمة، وتنظف لها غرفتها! وإذا سألنا الأم عن هذا الأمر نجدها تبرر عملها بقولها: «أنا لا أمانع في هذا الأمر»، و«أنا لا أريد أن أخرّب عليها طفولتها، وأزعجها بهذه الأعمال. إنني أحب أولادي كثيراً»، و«إنني لا أريدها أن تواجه ما واجهتُه عندما كنت طفلة مثلها»!

ولا شك أن هذه الأم الطيبة ستصاب بالصدمة عندما تدرك أنها بسلوكها هذا فإنها تعلم ابنتها على أن تكون مستهترة وعاجزة عن تحمل أبسط جوانب المسؤولية الشخصية.

النظر لأنفسنا:

ولا شك أن الأهل في كلا المثالين السابقين يحملون كل إخلاص ونيّة حسنة نحو أولادهم، إلا أن أعمالهم يعوزها التفكير والإدراك والحكمة. ولذلك فلا غرابة أن نجدهم يحصدون نتائج معاكسة لما تمنّوه وأرادوه في أول الأمر، فبدل تنشئة أولاد قادرين على القيام بالأعمال نجدهم يتربّون على التواكل والهروب من

المسؤوليات. وقد نجد الأهل يضحّون بالكثير من جهودهم وأوقاتهم من أجل أبنائهم، فيقومون بالأعمال المفروض في أبنائهم القيام بها. **ويبدو أن هؤلاء الآباء لا يسألون أنفسهم السؤال الهام: «ماذا يمكن أن يساعد ولدي لينضج ويصبح أكثر قدرة على تحمل المسؤولية؟»**، وربما لو عرفوا الجواب لتغيرت مواقفهم وأعمالهم.
ولذلك نقول: إنه إذا أراد الأهل لأبنائهم النَّشْأَة على تحمل المسؤولية فعليهم أن يبدأوا أولاً بالنظر إلى أفكارهم وتوقعاتهم وسلوكهم ومواقفهم ﴿إِنَّ ٱللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوۡمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُواْ مَا بِأَنفُسِهِمۡۗ﴾ [الرعد: ١١].

ولنأخذ مثالاً لتوضيح الأمر. يربى البنات والصبيان عادة تربية مختلفة بحسب الدور الذي يهيَّؤون له في مستقبل أيامهم. فكل من البنت والصبي يتعلم الكثير عن دورهما في الحياة كامرأة أو كرجل من خلال ما يرونه في سلوك الأم والأب، ومن خلال ما يتوقعه الأبوان منهما. تصور مثلاً كيف ستصبح تربية الصبي إذا كان المتوقع منه أن يقوم بالأعمال المنزلية من طبخ وتنظيف ورعاية للأطفال، أو إذا كان يشاهد والده يقوم بكل هذه المهمات. ونحن لا نقول هنا: إن هذه الأعمال هي أعمال خاصة بالنساء فقط، إلا أن طبيعة التربية والتوجيه ستتغير بلا شك بتغيير هذه التوقعات. وفي هذه الأيام يدرّب طلاب الصفوف المتقدمة من المدارس على القيام ببعض أعمال الأمور الخاصة ككوي الملابس والطبخ (التدبير المنزلي)، لأنه يتوقع منهم القيام بمثل هذه الأعمال في واقع الحياة.
وقد يقول بعض الآباء أحياناً «ولكنه تأخر الوقت الآن لتعليم ولدي هذا الأمر، ولن أستطيع أن أغير الأمر!» **وفي الواقع فإن إمكانية التغيير لا تنقطع أبداً، فمهما كان الوضع سيئاً، فهذا لا يعني انعدام فرصة التغيير والتبديل** ﴿إِنَّهُۥ لَا يَاْيۡـَٔسُ مِن رَّوۡحِ ٱللَّهِ إِلَّا ٱلۡقَوۡمُ ٱلۡكَٰفِرُونَ﴾ [يوسف: ٨٧]. «. . . **استعن بالله ولا تعجز** . . .»[١] (حديث نبوي). وهذا الكلام ليس كلاماً نظرياً وإنما واقع عملي من خلال تجارب البشر الكثيرة.

الآباء بين الطيبة والمسؤولية: *(انظر الجدول الثاني في آخر هذا الفصل)*

من الأمور الأساسية التي يمكن للآباء تعلمها من أجل تربية أفضل هي أن يكونوا آباءً مسؤولين لا مجرد آباء طيبين. فالآباء الطيبون قد يسعون للقيام بكل أعمال الطفل نيابة عنه وكأنهم خدم له، فهم يذكّرونه ليلبس

---

(١) حديث حسن؛ «صحيح الجامع الصغير» (١٦٣).

ملابسه ثم يُلبسونه، ويرفعون ثيابه التي يلقيها على الأرض، ويحملون له صحنه بعد الانتهاء من طعامه، ويرتبون له السرير، ويقفون على خدمته أثناء تناول طعامه، ويحلون له نزاعاته مع الآخرين، وربما حملوا له حقيبته وهو في طريقه إلى مدرسته!

ورغم كل النيات الطيبة عند هؤلاء إلا أنهم بعملهم هذا يضرون ولدهم، وهم بتحمل مسؤولياته يعلمونه التواكل والاعتماد على الآخرين. وإذا لم يعطَ الولد الفرصة المبكرة لتعلم الاعتماد على نفسه من خلال تجاربه في الحياة ونتائج أعماله، فإنه ينشأ متردداً ضعيف الثقة بنفسه، فالكثير من القرارات المتعلقة به تُتخذ نيابة عنه من قبل الآخرين.

والبديل عن مجرد الطيبة هو أن يكون الأهل من أصحاب المسؤولية. **فالأهل المسؤولون يعاملون ولدهم بأسلوب المساواة والاحترام، ويشجعونه على اتخاذ ما يتعلق به من اختيارات كلما كان هذا ممكناً، ويدربونه على تحمل نتائج هذه الاختيارات.** والأهل الطيبون الذين يحرمون ولدهم من هذه الأمور فإنهم بالتالي لا يعطونه ما يحتاجه من المعاملة المتساوية والاحترام. وهم قد لا يحترمون أنفسهم حيث يتركون لولدهم أن يعاملهم معاملة الخدم.

ومن الأمور المفيد ذكرها أن الأطفال يمتلكون مقدرة عالية على تحمل المسؤولية إذا لقوا الرعاية المناسبة لتربيتها. فالطفل في السابعة من عمره يستطيع مثلاً أن يعلق ملابسه، ويرتب سريره إلى حدّ ما، ويرفع صحنه إلى المطبخ بعد طعامه. ومهما كان عمر الطفل فإنه يستطيع أيضاً حل نزاعاته بنفسه. وبعد العاشرة من العمر يستطيع حيازة ساعة منبهة لتوقظه في الصباح، وإلا فإنه يواجه تبعة التأخر عن المدرسة. بالإضافة إلى أن قيام الطفل ببعض هذه الأمور قد يوفر للأهل بعض الوقت لينصرفوا للقيام بأعمال أخرى.

إن الأم المسؤولة هي أم حازمة إلا أنها في ذات الوقت غير متسلطة، فهي تحترم حقوق ولدها وترعى رغباته. ومثال على ذلك، إذا كان الأولاد يلعبون في المطبخ ويصدرون الكثير من الضوضاء، يمكن للأم أن تقول لهم: «عفواً، إن الأصوات التي تصدرونها عالية جداً. فإما أن تمكثوا في المطبخ بهدوء، أو لكم أن تصدروا الأصوات ولكن خارج المنزل، أو في غرفتكم. فما هو اختياركم؟» وفي هذا العلاج الهادئ، تكون الأم قد أكدت حقها في

هدوء المطبخ، وفي نفس الوقت تحترم حق الأولاد بإعطائهم حرية الاختيار.

ومثال آخر في الطفل الذي رغم أنه كثيراً ما يضيّع حاجياته داخل المنزل، إلا أنه لا يشعر بأدنى قلق طالما أن عنده أماً «طيبة» تبحث له دوماً عن حذائه الضائع، ولعبته، ومعطفه.. وبالطبع لن يتمكن في هذا الجو من تعلم تحمل مسؤولية رعاية حاجاته الشخصية. أما لو كان عليه أن يواجه نتيجة إهماله واستهتاره فإنه لا شك سيبدأ بتعلم المسؤولية ورعاية أغراضه. وسيعينه هذا أيضاً على النضج من خلال بناء ثقته بنفسه، وعلى نموّ مهاراته وقدرته نتيجة تدريبه على التفكير والتحليل أثناء محاولة الوصول إلى قراره واختياره. إن هذا التوجيه المسؤول من قبل الوالدين أكثر تأثيراً من مجرد الجدل والحرمان ومنع الولد من حق الاختيار، بل على العكس فبدل التوبيخ والجدال فإنه سيلقى التشجيع والتأييد.

الحاجة إلى التدريب والتوجيه:

قد يكون هناك سوء فهم لموضوع إعطاء الولد المسؤولية، فقد يُفهم أن في هذا التصرف هروب الأهل من العمل والجهد، أو أنه إعفاء لهم من واجب التوجيه والتعليم والرعاية. ولا شك أن إعطاء الكثير من المسؤولية للولد من دون المراقبة والمتابعة والدعم والتشجيع المطلوب أمر له ضرره. ويستطيع الأهل طبعاً أن يبدأوا بإعطائه المسؤولية مباشرة، إلا أن هذا الأمر يجب أن يتم بالتدرج المطلوب، وعلى مراحل. ومن المهم تخصيص بعض الوقت لتدريبه على هذه الأعمال والمسؤوليات.

وقد يكون الأهل مع الأسف في غاية الراحة مع ولدهم لمجرد أنه «هادئ» ولا يحدث إزعاجاً، مع أنه قد يقضي الساعات الطوال أمام التلفاز، أو على ألعاب الكمبيوتر. ولا بد في هذه الحالة من السعي إلى تحويل انتباه الولد عن هذه الأعمال وإثارته من أجل إيجاد فرص لتعليمه المسؤولية والإبداع. وقد يقابل هذا السعي بالرفض وربما العدوانية في بداية الأمر، إلا أنه سرعان ما ينسجم مع هذا النشاط الجديد سواء كان قراءة، أو رسماً وتلويناً، أو رياضة أو غيرها.

وعلى الأهل كلما بدأ الولد عملاً جديداً ومسؤولية جديدة أن يكونوا بجانبه، يشجعونه ويقدمون النصح والتوجيه، وربما المساعدة العملية إذا دعت الحاجة، مع فتح المجال له ليجرب بنفسه ولو ارتكب خطأ. وتدريجياً ينسحب

الأهل من الموقع ليستمتعوا وهم يرونه يبذل الجهد، ويسير قدماً على طريق النمو والاعتماد على النفس. ويمكنهم كذلك التواجد بقربه وهو يرسم، أو يرتدي ملابسه، أو ينظف أسنانه، أو يغسل شعره، أو يتوضأ، أو يحاول ركوب دراجة، أو استكشاف أمر، أو إعداد طعام، أو غسل أواني المطبخ، أو كنس الغرفة. إن تواجدهم بجانب الولد يجعل اكتشاف المجهول أمراً في غاية التشويق والمتعة.

وسنحاول أن نذكر هنا قائمة من الأعمال التي قد يقوم بها الأهل نيابة عن الأولاد والتي بمقدورهم القيام بها بأنفسهم ـ على حسب أعمارهم ـ إن فتح لهم المجال. لينظر الآباء في هذه القائمة وليحددوا الأمور التي يفعلونها، والتي يمكن لأولادهما القيام بها بأنفسهم.

ويا ترى في أي سن يرتاح الآباء لترك مسؤولية هذه الأعمال للولد؟ ولا شك أن هذا الأمر قد يختلف من أسرة لغيرها.

ـ استيقاظ الولد في الصباح.	ـ ترتيب السرير والغرفة.
ـ اختيار الملابس وتجهيزها لليوم التالي.	ـ ارتداء ملابسه.
ـ البحث عن الحذاء وارتدائه.	ـ اختيار الملابس عند شرائها.
ـ إعداد طعام المدرسة، وتجهيز الفطور الصباحي.	ـ رفع ملابسه من على الأرض وتعليقها.
ـ ترتيب ألعابه الملقاة في كل أرجاء الغرفة.	ـ استحمامه، وغسل وجهه، وتنظيف أسنانه، وتسريح شعره.
ـ الإشراف عليه أثناء تناوله لطعامه.	ـ كوي ملابسه.
ـ ترتيب مائدة الطعام، ورفع الأواني بعد الطعام.	ـ مسح أرض المطبخ، ومسح الغبار في المنزل، وتكنيس الأرض.
ـ ترتيب وتنظيف الحمام، ومسح النوافذ.	ـ جمع الغسيل النظيف وفرزه وطويه، ووضعه في مكانه المناسب.
ـ فض خصام بينه وبين غيره.	ـ الذهاب إلى المحل التجاري لشراء حاجة أو إلى مكتب البريد.
ـ كتابة وظائفه المدرسية.	ـ غسل السيارة وترتيبها من الداخل.
ـ قص حشيش الحديقة وتنظيفها وترتيبها.	ـ الوضوء والصلاة.
ـ استعمال المنشار أو المطرقة.	ـ اتخاذ القرار فيما يتعلق بمستقبله ودراسته.
ـ ترتيب برنامجه اليومي من أنشطة وغيرها.	

ويفيد أن يفكر الأب والأم في الأسئلة التالية:

١ ـ ما هي الأمور التي نقوم بها والتي يمكن للولد القيام بها؟

٢ ـ ما هي المسؤوليات الجديدة التي يمكن أن نبدأ فنقدمها للولد خلال الأسبوع القادم؟

٣ ـ كيف نرتب الأمر والمراحل لإعداده لهذه المهمات الجديدة؟

ولننظر معاً إلى الأمثلة والمواقف العملية التالية:

المثال الأول:

سمير: هل توصلني يا أبي إلى الملعب لأن عليّ أن أكون هناك الساعة العاشرة. (الساعة الآن العاشرة إلا ربعاً).

الأب: انظر يا سمير، يبدو أن هذا الأمر أصبح عادة عندك. إنني الآن في منتصف عمل أقوم به ولا أستطيع تركه. لماذا لم ترتب أمرك وبوقت مبكر. كان يمكنك أن تنطلق مبكراً على دراجتك.

سمير: إنني نسيت ولم أنتبه. إنني سأتأخر إذا لم توصلني (وكأنه سيبدأ بالبكاء) أرجوك يا أبي، هل توصلني؟

الأب: طيب، سأوصلك هذه المرة، ولكن عليك في المرة القادمة أن تفكر للأمام وبشكل مبكر.

نعم، على الأهل أن يكونوا على استعداد لمساعدة الأولاد وخاصة في الحالات الاضطرارية والهامة، ولكن ليس في الحالات المتكررة والمتوقعة التي أهملها الولد فهو يريد الآن حلاً سريعاً لها، بينما كان بمقدوره أن يحضّر لها ويستعد بشكل مبكر. هل كان الأب في هذا المثال «طيباً» أم مسؤولاً؟ وماذا كان يمكن أن يفعل لينمّي حس المسؤولية والترتيب والتخطيط عند ولده سمير؟

المثال الثاني:

الأب: يا ليلى لماذا تأكلين بيدك وهي غير نظيفة. إنك تدخلين الطعام في فمك بشراهة غير لائقة. ليلى، هل تسمعين ما أقول؟ هذا العمل الذي تفعليه عيب ومقرف. استعملي ملعقتك. لا ليس بهذه اليد، استعملي اليد الأخرى. ثبّتي يدك وحركيها إلى فمك بهدوء.

انظري ما حدث الآن، كل اللقمة وقعت على الأرض. (الأب ينظر لبقية أفراد الأسرة) ليذهب أحدكم ويحضر قطعة قماش لتنظيف الأرض من هذا الطعام!

يا ترى كيف لا يسعى هذا الأب لتشجيع ليلى على تحمل المسؤولية؟

وماذا كان يمكنه أن يعمل لتعليمها آداب الطعام والجلوس إلى المائدة؟

ومثال ثالث:

الأم (وهي تخاطب ولدها البالغ التاسعة من العمر): تعال يا حسان، إنه وقت الذهاب إلى النوم. تعال بسرعة، انظر إلى الوقت. إنك تعلم أنه ليس علي أن أذكرك كل ليلة بهذا الأمر! (وبعد دقيقتين) حسان، لقد قلت لك إنه وقت النوم، تعال هيا أسرع. وعليك أن تشرب الحليب بسرعة. هل نظفت أسنانك بالمعجون؟ أين فرشاة الأسنان؟ عليك أن تعرف أين تضعها. هل تتوقع أن أبحث لك عن فرشاتك كل مساء؟!

تعال، هذه هي فرشاتك! هيا، نظف أسنانك بسرعة، وسأعطيك لباس نومك. هل دخلت إلى الحمام قبل الذهاب إلى السرير؟

يا ترى كيف كانت الأم هنا أيضاً مجرد أم «طيبة» بدل أن تكون مسؤولة؟

ماذا كان يمكنها أن تصنع لتشجع ولدها حسان على تعلم المسؤولية والاعتماد على نفسه؟

إرشادات إلى الأهل:

من المفيد جداً أن يحاول الأهل تدريب ابنهم على الطبخ، والكوي، وتنظيف المنزل، والقيام بمعظم الأعمال المنزلية. وأن يساعدوا ابنتهم على استعمال مفك البراغي، وتغيير المفتاح الكهربائي، وقص حشائش الحديقة. وتصرف الوالدين في القيام بهذه الأعمال من أهم العوامل في تعليم هذا السلوك.

إن من أهم الأمور في تعليم الأولاد المسؤولية هو أن تُوكل لهم هذه المسؤوليات.

ولتسأل الأم نفسها: «ما هي الأمور التي أقوم بها، والتي يمكن لولدي

إن تركتها له أن يفعلها بنفسه؟» ثم لتخطط الأم وترتب لترك الولد تدريجياً لهذا العمل.

إن ترك المسؤوليات للأولاد من شأنه أن يخفف التوتر بين الأهل وأولادهم، وكذلك يخفف عن الأهل بعض الأعباء والواجبات، وإن لم يكن هذا هو الهدف الأساسي من هذا العمل، لأن الهدف الأول هو مساعدتهم على النضج والنمو ليصبح الواحد منهم إنساناً مسؤولاً ومتعاوناً، وقادراً على رعاية نفسه، ورعاية الآخرين.

إن تطوير حس المسؤولية لا يعني فقط إعطائهم مزيداً من الأعمال والواجبات، وإنما يتضمن أيضاً إعطائهم حرية اتخاذ القرار الشخصي، وحرية اختيار ماذا يلبسون ويأكلون ويشترون، وكيف يقضون أوقاتهم. ويجب أن لا تنقل إليهم هذه المسؤوليات دون التحضير والتدريب اللازم لهم، وذلك من خلال قضاء الوقت معهم، تعليماً وشرحاً وتشجيعاً ومساعدة، وكذلك مراقبة سلوكهم. ومن النافع طبعاً بداية هذه العملية الآن بدل تأجيلها وتسويفها.

ولا تتوقع أن يتحمل الأولاد فجأة المسؤوليات الجديدة، وإنما اقض معهم وقتاً تدربهم وتشرح لهم وتشجعهم. وحاول قدر الإمكان أن تجعل العمل الجديد عملاً مشوقاً وربما ممتعاً، وساعد الولد على رؤية هذا العمل على أنه عمل من الأعمال الهامة والمسؤولة، والتي يقوم بها الكبار. واستمر في دعم الولد وتشجيعه لأطول مدة يحتاجها، ولكن عليك في وقت من الأوقات أن تترك الطير ليطير بنفسه.

وهناك الكثير من الآباء الذين يجدون فائدة كبيرة في الخطوات الخمس التالية:

١ ـ قل للولد ماذا يفعل.

٢ ـ أره كيف يفعل هذا العمل.

٣ ـ دعه يحاول القيام به.

٤ ـ راقب سير العمل، وشجع الجهد والخطوات المناسبة.

٥ ـ تابع عملية الدعم والتشجيع.

ويمكن للأهل كذلك أن يعلموا الأولاد تحمل المسؤولية من خلال

القدوة الحسنة، وذلك بأن يكون الأهل أنفسهم على مستوى مناسب من تحمل المسؤولية. فانضباط سلوك الأهل في تناول الطعام والشراب، وعدم استجابتهم لسماع الغيبة والنميمة، وباستقامتهم وأمانتهم، ومحبة الوالدين واحترامهما لبعضهما، وحفظهم لمصلحة الجيران ومشاعرهم... فكل ذلك له الأثر الكبير في سلوك الأولاد.

ومن المفيد كذلك أن يعطى الأطفال مصروفهم المالي بشكل أسبوعي أو شهري حتى يعتادوا على ترتيب مصروفهم، وتنظيم أولوياتهم، وضبط ميزانيتهم.

إن عملية التحول من مجرد أب «طيب» إلى أب «مسؤول» لا تعني أبداً أن يصبح الأب قليل الرعاية لأولاده. فدفء الآباء ورعايتهم وعطفهم أمور هامة في نشأة الإنسان وتقدمه. والرعاية لا تعني مجرد الضم والتقبيل، وإنما قد تعني وببساطة المكوث مع الولد، واستمرار العطف والرعاية عندما تكون الأمور عسيرة صعبة. وليحاول الأهل إظهار الدفء والحنان عند تطبيق الأفكار الجديدة، وليس إعطاء الأوامر ببرودة ورسمية شديدة. ولا يكفي كذلك مجرد قول «عليك أن تحل هذا النزاع الذي بدأته مع رفيقك بنفسك»، وإنما قد يحتاج الأهل للجلوس مع الولد بين الحين والآخر للحديث وتبادل الرأي في وسائل الحل السلمي الناضج للمشكلات والصعوبات التي تنتاب العلاقات الإنسانية. ولابأس هنا أن يتحدث الآباء لأولادهم عن بعض تجاربهم الخاصة ومشاعرهم عندما مرّوا بهذه التجارب الشخصية.

تعليقات بعض الآباء:

وسنعرض هنا نماذج تعليقات بعض الآباء، والتي تعين الأهل على الاستفادة من تجارب الآخرين السلبية والإيجابية:

«إنه لم يخطر في بالي أبداً أن ابني البالغ الثانية عشرة قد يحب تعلم الطبخ، إلا أنه الآن كثيراً ما يحضّر بعض الوجبات الخفيفة للأسرة، وخاصة يوم العطل المدرسية. في بداية الأمر كان فقط يساعدني في الطبخ، بينما في المرات التالية كنت أنا المساعدة له. وبعد عدد من المحاولات بدأ

يسألني أن أتركه وأذهب إلى عمل آخر في البيت. إنه فخور الآن بنفسه عندما يُعدّ لنا طبقاً ما من الطعام».

«إنني أرى شخصياً أن كل هذه الأعمال هي من مسؤوليات وواجبات الأب أو الأم نحو الأولاد. إنني لا أستطيع رؤية أولادي يقومون بكل الوظائف المدرسية ثم اترك لهم أيضاً أعمال المنزل. سيكون عندهم متسع من الوقت في مستقبل الحياة لتعلم القيام بهذه الأعمال المنزلية وذلك عند إتمام المرحلة المدرسية! يكفيهم ما لديهم الآن من الأعباء والواجبات».

«أشعر بالخجل من نفسي أن ولدي لم يتعلم ركوب الدراجة حتى الآن، فعندما كان في الثالثة من عمره لم أقضِ معه وقتاً لتعليمه ذلك، وإنما كنت دوماً أقول له: «إنك ما زلت صغيراً على هذا الأمر!»».

«إن كل أولادي الثلاثة، وحتى عمر الذي في التاسعة من عمره، يقومون بكوي الملابس، وهم في الحقيقة ينتجون كوياً مقبولاً. إنني أتعجب الآن عندما أفكر كيف استطاعوا الوصول إلى هذه الدرجة التي لم أكن أتوقعها.

لقد نجا ولدي بأعجوبة عندما صدمته سيارة وهو في الرابعة من عمره. وأنا أتعجب اليوم عندما أسمع الناس يتكلمون عن إعطاء أولادهم بعض المسؤوليات. ألا يعرضونهم بذلك إلى الخطر الشديد؟»

«إنني كنت والدة تفعل كل شيء لبناتها، وفقط الآن أستطيع أن أدرك كيف كنت أربيهن ليكبرن ويتعلمن أن يكون الآخرون دوماً في خدمتهن. يا ترى ما هي طبيعة العلاقات الزوجية التي ستكون مع أزواجهن وهن بهذه النفسية والعادة؟»

«عندما كانت ابنتي تجد صعوبة في كتابة وظيفتها المدرسية فإني كنت أعطيها حلول الوظيفة من غير أن أسألها أي سؤال. بينما الآن لا أعطيها الحلول جاهزة وإنما أسألها بعض الأسئلة لأساعدها على اكتشاف الأجوبة بنفسها. صحيح أن هذه الطريقة أطول إلا أنها أفضل لها».

«لقد كتبت قائمة لعدد من أنواع الطعام، والآن أشارك الأولاد في اختيار ما يريدون من الوجبات اليومية. لقد أحدث هذا الأمر تجاوباً جيداً معهم في قضية الطعام، وهم يأكلون الآن بحماس أفضل».

«إنني مستغربة من كمية الأعمال التي يستطيع الأولاد القيام بها، وكيف

أنهم يحبون دوماً تحمل المسؤوليات. إن ولدي الذي في السابعة من عمره يستطيع الآن وضع أخيه الصغير في السرير وقت النوم. وهو فخور أني أعتمد عليه في هذا الأمر الذي حقيقة أشعر معه بالراحة وخاصة عندما أكون متعبة آخر النهار».

«لقد أشركت ابنتي معي في تنظيف المائدة بعد الطعام، فنحن نقضي وقتاً مفيداً جداً بالحديث عندما نغسل معاً أواني المطبخ ونجففها. وهناك شعور عجيب حين نتحدث مع بعضنا أثناء العمل، فربما يسهل علينا الحديث في المواضيع الصعبة عندما نكون نعمل ولا نجلس وجهاً لوجه».

«إنني كنت أشعر بعد وفاة زوجي بكثرة الأعباء والواجبات، حيث كانت عندي أعمال المنزل ورعاية ثلاثة أولاد، بالإضافة إلى بعض الأعمال النهارية خارج المنزل. لقد كنت أحس بالمسؤولية والتبعة أن أولادي لا يعيشون مع أبوين، ولذلك كنت لا أريد أن أزيد في حرمانهم بإلقاء المسؤوليات عليهم، فكنت أقوم بكل عمل نيابة عنهم. إنني أستطيع الآن أن أفهم كيف أني لم أحسن التصرف، وأشعر أني ربما ظلمتهم وظلمت نفسي أيضاً بهذا العمل».

الجدول الثاني

ما يظنه بعض الناس أنها الأبوة الصحيحة		الآباء الذين ينمّون القدرة على تحمل المسؤولية	
سلوك الآباء	التأثير على الولد	سلوك الآباء	التأثير على الولد
يسيطرون على الولد بالعقاب والمكافأة، وهم دوماً على حق. يتوقعون الطاعة ودوماً عليهم أن يتفوقوا.	يحاول الولد المقاومة أو يستسلم. يصبح مخادعاً ويكذب ولا يتعلم ضبط النفس.	يسمحون للولد اتخاذ قرارات. إيجابيون ويشجعون الولد.	يصبح الولد واثقاً من نفسه. ويتعلم اتخاذ القرار.
يريدون الكمال، ودوماً يتصيدون الأخطاء. يريدون من الولد حسن السلوك من أجل تقدير الجيران.	يصبح الولد فاقد العزيمة والهمة، حيث لا يصل لما هو متوقع منه. وقد يحاول أن يظهر «كاملاً». متطلعاً دوماً لإرضاء الآخرين.	يُسعدون وحتى للتحسن الطفيف، ويشجعون الولد على التقدم وزيادة القدرة.	يؤمن الولد بقدراته، ومستعد دوماً لمحاولة الأمور دون تردد.
لا يثقون بالولد، وهم في ريبة دائمة. يفرضون عليه القواعد والقوانين الصارمة.	يشعر الولد بالذنب، ولا يثق بالآخرين.	يثقون بولدهم، ويلاحظون أي جهد مبذول ليشجعوا عليه.	يشعر الولد بالحرية والثقة بالنفس. ويتعلم أن يثق بالآخرين.
يشعرون بأنهم يشفقون على أولادهم فيأخذون عنهم مسؤولياتهم، ويبالغون في حمايتهم وتدليلهم.	يشعر الولد بالعجز، ويتوقع من الآخرين القيام بما هو مطلوب منه.	يبدون الاحترام للولد، ويشجعون على تحمل المسؤولية.	يتعلم الولد احترام النفس، ويصبح أقدر على تحمل المسؤولية.
لا يستطيعون أن يقولوا «لا» ودوماً يستسلمون لرغبات الولد وكأن الولد هو المسؤول.	يصبح الولد «مدللاً» وأنانياً وبخيلاً، ولا يتمكن من صنع صداقات مع الآخرين.	حازمون ويحترمون حقوقهم وحقوق ولدهم. ويشجعون على التعاون والعمل المشترك.	يتعلم الولد الانسجام والتعاون مع الآخرين. وبسهولة يصنع الصداقات.

التشجيع

استلم عادل وهو في الثانية عشرة من عمره، وأخوه عبد الله وهو في الرابعة عشرة تقريري المدرسة في آخر العام، وهرع عادل إلى أمه فخوراً ليريها نتائجه الممتازة.

الأم: «هذا أمر جيد جداً يا عزيزي. انظر إلى نتيجة الرياضيات (٩٢)، هذا أمر رائع. سيكون أبوك فخوراً بك جداً عندما يأتي هذا المساء. ولكن ماذا عن عبد الله، أين هو؟».

عادل: إنكِ تعلمينَ كيف أنه لا ينتبه ولا يركز في دراسته. لقد رأيته يلقي بتقريره على الأرض وهو غضبان.

الأم (وهي منزعجة): أين أنت يا عبد الله، تعال إلى هنا حالاً، وأحضر تقريرك معك.

عبد الله (وهو يعطي تقريره لأمه): إنه لن يعجبك أبداً.

الأم (وهي تقرأ): طبعاً إنه لا يعجبني أبداً. يا للعجب ما هذا؟ انظر إلى نتيجة العلوم. هذا شيء مخجل حقاً، وكأنك لم تبذل جهداً أبداً. لماذا لا تعمل بجد مثل عادل، بدل أن تخجلنا جميعاً هكذا! إنني لا أدري ماذا ستصبح في المستقبل!

كان عبد الله في هذه الحالة محطم النفسية ومنزعجاً، فإذا بالأم تزيده تحطيماً وانزعاجاً بكلماتها هذه. ويبدو أن الأم لا تتوقع الكثير منه، فهي تنتقده وتقارنه بأخيه الأصغر منه. وهذه كلها وسائل للتثبيط وإضعاف الهمة والعزيمة. والشيء الذي قد لا يخطر في الذهن أن الأم بسلوكها هذا تثبط أيضاً من همة الولد الآخر عادل، لأن الإطراء وكما سنرى في هذا الفصل، يثبط همة الأولاد في الاعتماد على أنفسهم، وإضعاف قدرتهم على اتخاذ

قراراتهم بأنفسهم، ويجعلهم يعتمدون كثيراً على تقدير ورأي الأهل فيهم.

كيف يثبط الآباء همة أولادهم؟:

يحاول الآباء في كثير من الأسر تحسين تربية أولادهم عن طريق التركيز على أخطائهم. فنجدهم مثلاً يكثرون من التوبيخ والنقد واللوم والعقاب والتخجيل. ويصبح الآباء «خبراء» في تصيّد واكتشاف هذه الأخطاء والعيوب والهفوات. إن لهذا الأمر تأثير شديد في تثبيط الأولاد وتحطيمهم.

وقد يثبط الآباء أولادهم أيضاً من خلال اتخاذ قرارات الأولاد واختياراتهم بدلاً عنهم، لأن هذا التصرف يشعر الأولاد بأنهم أضعف وأعجز من أن يقرروا بأنفسهم.

ولننظر معاً في بعض الطرق الأخرى التي يمكن أن تضعف وتثبط من همم الأولاد.

هل مستوى توقعاتنا من الولد مرتفع جداً فوق إمكاناته؟

هل نتوقع منه مثلاً أن تكون غرفته ووظائفه المدرسية، وواجباته المنزلية دوماً مرتبة وبشكل كامل؟ أم أن توقعاتنا منه تتناسب مع مرحلة نموه وإمكاناته؟ نعم يفيد، **بل من المهم أن تكون عندنا توقعات جيدة من الآخرين، إلا أن التوقعات المبالغ فيها كثيراً قد تثبط الهمم بدل أن تحفز وتشجع.**

هل نقوم أيضاً بمديح الطفل المتقدم وإطرائه أمام طفل آخر أقل تقدماً منه ونجاحاً؟

وعندما نقارن ولداً بآخر هل نكون عملياً ندفعهم للتنافس والتنازع، أم ندعوهم للتعاون والمشاركة؟ وخاصة إذا تذكرنا أن المنافسة تثبط همة الأضعف في معظم الأحيان.

وهل لدينا معيارين وميزانين، واحد لأنفسنا والآخر لأولادنا؟ فهل نحن مثلاً نحافظ على ترتيب غرفة نومنا بنفس الدرجة التي نطالب بها أولادنا في ترتيب غرفتهم؟ هل نشعر أننا أحرار في مقاطعة حديث أولادنا، بينما نصر عليهم ألا يقاطعونا؟ إن معاملة الأولاد بأسلوب الانتقاص منهم عبارة عن طريقة أخرى لتثبيطهم.

الانتباه إلى السلوك الحسن الإيجابي:

من المؤسف أن المجتمع بشكل عام لا يشجع على التشجيع، ولا يعلمنا هذا الأسلوب من التعامل مع الآخرين، إلا أننا ونحن نرى نتائج جهودنا وأعمالنا فإننا نبدأ تدريجياً في بناء ثقتنا بأنفسنا، ورؤية الأثر الحسن لتشجيع الآخرين. **ولا شك أن قول «إنك قد حصلت على ١٠ من ٢٠ صح» أفضل بكثير من قول «١٠ من ٢٠ خطأ» مع أن النتيجة واحدة. إن هذا السلوك يساعد على رؤية الجانب الإيجابي بدل التركيز على الأمر السلبي**، مما يساعد على رؤية ثمرة حسنة للجهد المبذول، وهذا بالتالي يحفّز على تقديم جهد أكبر من أجل تحصيل أفضل. **إن هذه المهارة في الرؤية الإيجابية تتكون تدريجياً عند الآباء من خلال المحاولات والتدريبات اليومية.**

نعم، إن سلوك الولد يحتاج أحياناً للتقويم والتصحيح، فماذا نفعل مثلاً إذا شاهدنا منه سلوكاً خطيراً قد يحدث مشكلة لا يمكن غض الطرف عنها؟ **ومن المهم أولاً أن نحاول فصل الفعل عن الفاعل، فنصحح العمل من غير أن ننتقد العامل.** وعلى سبيل المثال، نطلب من سعاد أن تمسح الحليب الذي سكبته على الأرض بدل أن نصفها بأنها حمقاء أو خرقاء أو قليلة الانتباه. ويمكن أن نقول لمعتز: إن ضرب الطفل الرضيع عمل سيئ، بدل أن نصفه هو بأنه ولد سيئ ومزعج.

والأفضل أن يُتجاهل السلوك الخطأ كلما كان هذا ممكناً، ويُركز الانتباه على السلوك الصحيح. فيمكن للأهل مثلاً أن يتجاهلوا بعض الشجار بين الأولاد طالما أنه لا يصل لدرجة خطيرة أو مزعجة جداً، فالأولاد كثيراً ما يسلكون هذا المسلك لمجرد جذب انتباهنا. ومن المفيد عدم الاستماع للأولاد وهم يسردون قصصاً عن بعضهم البعض، والحياة ستصبح أكثر بساطة وراحة عندما يفهمون أنك لا تكترث بالتحقيق وبالاستماع لهذه القصص والروايات. ويُنصح دوماً أن يحاول الأهل ترقب أمر حسن إيجابي للتشجيع عليه، فينتبهون مثلاً للجهد الذي يبذله الأولاد في عمل من الأعمال، والفرص التي يتعاونون فيها مع بعضهم، والخطوات الصغيرة المتواضعة من التحسن والتقدم، والمهارات التي يظهرونها.

وقد لا تكون سعيدة مثلاً تتقن غسيل أواني المطبخ بشكل جيد، إلا أنها

قد تحسن تنظيف المائدة بعد الطعام. وليحاول الأهل ملاحظة ما تبذله من جهد، وما تقدمه من عمل ومساعدة لغيرها. وأكثر ما يفيد التشجيع عندما يصدر بإخلاص من القلب، ومن خلال إظهار الموقف الشاكر والمقدر للجهد المبذول. ومن الناس من يجد فائدة كبيرة في تخصيص وقت يومي لمراجعة النفس، والتفكير في الحسن من أعمالهم وأعمال الآخرين، فهذا مما يساعدهم على رؤية جهود الآخرين ومساعيهم. إن هذا الموقف الصادق المقدر لجهود الآخرين من شأنه أن يضمن إخلاص وتأثير تشجيعنا لهم.

الفرق بين الإطراء والتشجيع:

هناك ما يفرّق الإطراء عن التشجيع، وإن كنا أحياناً نستعملها لنفس المعنى. فالإطراء يتضمن إصدار حكم الأهل على عمل الولد، وهذا مما قد لا يساعده في الاعتماد على نفسه. نعم هناك حالات يفيد الإطراء فيها، ولكن من النافع أن ننتبه إلى تأثيره السلبي المحتمل. **فالإطراء قد يكون عاملاً في تثبيط الهمة، فهو قد يقدم فقط للطفل الناجح والمتفوق بسبب النتيجة التي حصّلها بدل أن يُعطى للجهد الذي قدمه، أو حتى لمجرد التحسن والتقدم.** ومن شأن الإطراء أيضاً أن يقارن الولد بالآخرين، فيجعله قلقاً مضطرباً من أجل الحصول على إعجاب الآخرين وقبولهم مما يضعف الثقة بنفسه. وقد يكون الإطراء أحياناً شكلاً من أشكال التملق غير المخلص.

ومن أمثلة الإطراء أن يقول الأهل: «أنت عظيم» و«أنت فتاة جيدة جداً» و«لقد نجحت، إنك لا تقصّر أبداً». وفي كل هذه الأمثلة، يصدر الأهل أحكاماً من دون أن يشجعوا الولد ليحكم على سلوكه بنفسه. ولا بأس أحياناً بمثل هذه العبارات عندما ينجز الولد تقدماً طيباً، **ولكن علينا وحتى في هذه الحالة أن ننتبه فلا نبالغ في هذا الإطراء، ولا نقارن الولد بالآخرين.** ومما يفيد في معرفة فائدة الكلام أن يسأل الواحد نفسه: «هل كلامي يدفع الولد ليصبح أكثر ثقة بنفسه، وأكثر اعتماداً على نفسه؟» فالإطراء قد لا تكون له هذه التأثيرات الإيجابية.

ولنذكر الآن بعض نماذج التشجيع الحسن البعيد عن الإطراء:

١ ـ استعمال عبارات شخصية:

«أنا أحب منك كذا..»، و«إنني أقدر كثيراً فيك..» بدل أن نقول

«إنك رائع»، و«إنك أفضل من..». والأولاد بشكل عام قادرون على التكيف مع ردود أفعالنا الصادقة ومشاعرنا نحو أفعالهم، بينما يشعرون بالحرج وعدم التكيف مع مجرد أحكامنا بسبب خوفهم من عدم قدرتهم على الوصول أو المحافظة على هذا المستوى من الأحكام.

٢ ـ أظهر ثقتك بقدرات الولد:

«لقد أعجبت عندما استطعت تنظيف الحديقة البارحة، حيث كانت متوسخة جداً. أشعر الآن أنك تستطيع القيام بهذا العمل» وهذه العبارة أفضل من «إنك ولد رائع بالنسبة إلى عمرك» أو «إن رسماتك الملونة ممتازة». وبمعنى آخر اترك للطفل أن يستنتج أحكامه الخاصة عن قدراته، بينما تقوم أنت بإبداء سرورك من طبيعة الجهد والعمل المقدم. ومن المفيد أحياناً أن يسأل الأهل طفلهم: «ماذا تعتقد عن نفسك؟» وتترك للطفل أن يختار بنفسه ما يعتقده عن قدراته.

٣ ـ حاول الإشارة إلى الصعوبات التي اعترضت الولد وهو يقوم بهذا العمل:

«لقد كانت السيارة وسخة جداً قبل أن تغسلها»، وهذا أفضل من «أنت قوي جداً إذا استطعت تنظيف هذه السيارة». واترك له أن يستنتج ويكمل الصورة بنفسه.

٤ ـ لاحظ التحسن والجهد المبذول:

«منذ شهر كنت تستطيع قراءة خمس صفحات فقط». «لقد قضيتَ ساعة كاملة وأنت تعمل في هذا العمل». «لاحظت في الأيام الماضية أن علاقتك صارت طيبة مع أخيك الصغير». إننا مع الأسف نعيش في عالم يضع الاهتمام الأكبر على الإنجاز بدل تقدير الجهد المبذول، ولذلك قد تثبط عزيمة الولد إذا لم تُقدّر فيه جهوده وتضحياته وتشجعه عليها. ولكن الحذر من الخطأ الشائع وهو قول «لا شك أنك تستطيع القيام بأكثر من هذا».

٥ ـ دوماً ترقب ما ينم عن البذل والتقديم للآخرين:

وخاصة أن ندعو الأسرة إلى التعاون والمشاركة وبذل التنافس والتسابق. ولذلك علينا أن نستشعر أي عمل ينم عن التفكير بالآخرين، واحترام مشاعرهم، وأي عمل يهدف لمد يد العون والتعاون. فإن لاحظ الأهل شيئاً من ذلك، فعليهم أن يتبعونه بكلمة «شكراً» و«شكراً لك على

مساعدتي في هذا العمل». «إنني أقدر ما فعلت من أجل أختك ليلى». ومثل هذه العبارات قد تكون أفضل من «إنك دوماً تساعد الآخرين».

٦ ـ أكد على آثار العمل الذي قام به الولد:

«الغرفة الآن تبدو نظيفة وجميلة». «إن مساعدتك لي جعلت عملي هذا أسهل الآن». وهذه العبارات ذات تأثير مشجع للولد لأن حقيقتها صادقة.

والخلاصة:

حاول أن تقدّر الجهد الذي يبذله الولد، وآثار عمله، ومراعاته للآخرين، والعقبات التي تجاوزها أثناء عمله. ولتكن ردود أفعالك أمينة وصادقة وحقيقية. وحاول أن تعين الولد ليقدّر بنفسه الأمور الحسنة مما يعمله، وتذكر أن الأمر الحسن والجيد لا بد متوفر، إلا أننا مع الأسف لم نعتد على رؤيته وتقديره. إن هذا الشعور بالأعمال الجيدة من شأنه أن يكون عاملاً هاماً في النمو الواثق السوي للأولاد.

والآن انظر إلى العبارات التالية، وحاول أن تفكر في النتائج السلبية لمثل هذا الكلام:

التثبيط:

- لماذا لا تكون مثل فلان..
- يا لك من مخادع شيطان.
- انظر إلى غرفتك الوسخة، يا لك من قذر.
- لا تفعل.. لا تفعل.. لا تفعل..
- إنك بنت مشاغبة.

الإطراء:

- يا لها من لوحة رائعة أخّاذة.
- إنك حقيقة ولد ممتاز.
- إنكِ تبدين رائعة دوماً.
- يا لك من ابن جيد.

التشجيع:

- شكراً لك، فهذا قد ساعدني.

- إذن هكذا قمت بهذا العمل.
- أريد أن أقول أنك قد تحسنت منذ الشهر الماضي.
- هل لك أن تساعدني في هذا العمل.

ويفيد الآن أن يسأل الأهل أنفسهم:

مَنْ مِن الأولاد أكثرهم تثبيطاً وقلة ثقة بنفسه؟

وهل يمكن خلال الأسبوع القادم أن أشجعه مستعملاً الأمور التالية:

- أن أنتبه لأي جهد يبذله في تحصيل أمر ما.
- أن أنتبه إلى أي تقدم يحرزه.
- أن أعهد إليه بمسؤوليات جديدة.
- أن أظهر له الاحترام، وأقول له «شكراً» و«إذا أمكن» و«آسف».
- أن أقضي معه بعض الأوقات، وخاصة للاستماع له.
- أن أكون معه مبتسماً وبنفسية مرتاحة مسترخية.
- أن أبدي تشوقاً لاهتماماته وهواياته.

الأمثلة والمواقف العملية:

إن غسان وهو في الخامسة عشرة من عمره قلق ومضطرب، فهو خائف أن يرسب في امتحانه في الأسبوع القادم.

- ما هي الأمور غير المساعدة والمتكررة التي يقولها الأهل في مثل هذه الحالات؟
- هل يفيد هنا النقد والإطراء المبالغ فيه؟
- ما هي الأمور التي يمكن للأهل أن يقولوها أو يفعلوها لتشجيع غسان، ورفع معنوياته؟

إن معاذ والبالغ خمس سنين قد أنهى لتوه ترتيب سريره، ورغم أن غطاء السرير غير منظم تماماً إلا أن معاذ يتوقع شيئاً من المدح والثناء على عمله، فهو يأتي إلى أمه ويقول: «انظري يا أمي، لقد رتبت سريري بنفسي».

- ولكن ما هي الأمور السلبية التي قد يذكرها الأهل مع الأسف في مثل هذا الموقف؟

- وماذا يمكن لهذه الأم أن تصنع هنا لتدرب ولدها على ترتيب السرير، وترفع من ثقته بنفسه وبجهوده؟

آمنة (وهي في العاشرة): «هل من الممكن أن تساعدني يا والدي في هذه الوظيفة المدرسية؟ إني أجدها صعبة جداً».

- ما هي الأمور المثبطة التي قد يقولها بعض الآباء في مثل هذه الحالات؟
- كيف يمكنك أن تساعد آمنة هنا من دون أن تقوم بكامل العمل نيابة عنها؟

لقد وصلت هند البالغة ثلاث سنوات مع أمها إلى المنزل بعد شراء أغراض المنزل من السوق. فإذا بهذه الطفلة تفتح علبة الأغراض وتبدأ بإخراج البيض وتصفه في مكانه المناسب في البراد.

هند: «سأضع البيض في البراد يا أمي».

- ما هي الأمور السلبية التي يقوم بها بعض الآباء في مثل هذه المواقف؟
- ما هي الأمور المشجعة لهند، والتي تبني عندها الشعور بقدرتها على المشاركة والعمل ومدّ يد العون؟

إرشادات إلى الأهل:

من الأهمية بمكان أن يبذل الآباء بعض الجهد في تعلم أساليب التشجيع، فهو من أهم الأمور التي يمكنهم استعمالها في التربية، وهو من الأمور المؤثرة في الأنواع الأخرى من السلوك. ويمكن للتشجيع أن يصبح منهج حياة الآباء، حيث يساعد على تطمين هؤلاء الآباء، بالإضافة إلى نفعه الكبير للأولاد.

ومن النافع أحياناً تأجيل تصحيح الخطأ، فلا نحاول تصحيحه وتقويم السلوك فور وقوعه، وإنما نؤخره بعض الشيء حتى تهدأ الأمور.

وبشكل عام هناك ثلاث طرق هامة للتشجيع:

١ ـ **لاحظ التقدم والتحسن:** «المكان يبدو الآن أنظف مما كان في الماضي».

٢ ـ **لاحظ الجهد المبذول:** «شكراً لأنك قضيت كل هذا الوقت في هذا العمل، أنا أعلم أنه لم يكن عملاً سهلاً».

٣ ـ **أبدِ شعوراً خاصاً بك، وحاول إظهار تأثير العمل عليك:** «شكراً لأنك

أخذت أخاك الرضيع، فقد ارتحتُ بعض الشيء أثناء ذلك» و«لقد أعجبتني الطريقة التي تصرفت فيها عندما حدث هذا الأمر».

وليس مما ينفع في التربية أن نقارَن الأولاد ببعضهم البعض، فهذا قد يدفعهم إلى التنافس والخصومة بدل التعاون والانسجام والعمل المشترك.

تجنب المبالغات، وحاول أن تقول لولدك بصدق وأمانة ما تقدره فيه، ولو حتى بمجرد تحريك الرأس أو عبارة بسيطة «يبدو الأمر أحسن من السابق».

ومما يفيد الأولاد أن تساعدهم ليرَوا بنفسهم قيمة ما ينجزونه من عمل، بدل أن تخبرهم برؤيتك أنت لقيمة هذا العمل. وساعدهم كي لا يتعودوا على تلقي الأحكام جاهزة من غيرهم، وإنما أن يحاولوا تقدير الأشياء ورؤيتها بأنفسهم.

وسيكون لعملك الأثر الأكبر على ولدك، وبشكل يفوق تأثير الكلمات، ولذلك من أكثر الأمور تشجيعاً للولد أن تجلس معه لتستمع إليه، وأنت مستمتع بصحبته والمكوث معه. إن هذا الجلوس يقول له عملياً: «أنا أحب أن أكون معك، وإنه أمر ممتع ومفيد أن أجلس وإياك».

ومن الأمور المشجعة للطفل طبعاً أن يُسَلّمَ بعض الأعمال والمسؤوليات، فهذا الأمر يقول له أيضاً ودون كلمات: «إنني أثق بك، وإنك ولد مسؤول».

ومما يقوله علماء النفس: «إن السلوك الذي يُنتبه إليه يتكرر، والذي لا يُنتبه إليه يؤول للزوال». ولذلك فبانتباهك للسلوك الخطأ وتجاهلك للسلوك الجيد فإنك تعمل ضدّ مصلحة ولدك.

تعليقات بعض الآباء:

يبدو أني كنت أقوم بالإطراء والمدح طوال حياتي، ولا أدري ماذا أعمل الآن. من الصعب على الإنسان أن يتغير بعد كل هذه السنين!

وأنا أسمع بعض الأمثلة في هذا الفصل كنت أقول في نفسي: «هذا تماماً كما أفعل مع أولادي!» فأنا طوال النهار أتتبع أخطاءهم وهفواتهم لأنبههم عليها. والحقيقة أني لا أحب العيش في بيت مع أم من أمثالي!

إنني تربيتُ على كثير من النقد طوال حياتي، فوالدي كان رجلاً

صارماً، إذا رأى مني خطأً أشار إليه فوراً. صحيح أن الحياة كانت صعبة بهذا الشكل، إلا أني لا أعتقد أن هذا الأمر قد سبب لي ضرراً ما، بل إن هذا الجو قد جعلني صلبة وقوية. إن قراءة هذا الكلام عن التشجيع يقلقني الآن وأشعر أن علينا أن نعدّ أولادنا للحياة الحقيقية الواقعية.

عندما كسرتْ ابنتي الإناء، بدت عليها علائم الشعور بالذنب، ومن الواضح أنها كانت تتوقع هجومي المعتاد عليها لوماً وتوبيخاً، إلا أني ضممتها إلي بذراعيّ، فإذا بها تسكب الدموع. إنها لم تصدق عينيها أنني لم أكن غاضبة، فقد كانت تعلم كم كنت أقدر ذلك الإناء.

إنني ومنذ أن بدأت التشجيع، أدركت كم نملك من القدرات التي تمكننا من جعل الأولاد أكثر سعادة وراحة، وأفضل نمواً. ولكن ليس الأولاد فقط من يستفيد من هذا التشجيع، وإنما حتى زوجي وأصحابي أيضاً، وأنا شخصياً أشعر براحة وسعادة أكبر الآن.

إني كنت أسير بشكل حسن، حيث كنت ولمدة أسبوع كامل أتتبع الأمور المناسبة لأشجع ابني عليها، ولكن فقدت أعصابي معه مساء الجمعة، وبدقيقة واحدة أتلفتُ جهد أسبوع كامل. إلا أني وبعد ساعة تقريباً ذهبت إليه معتذراً. لقد كان منزعجاً جداً، إلا أننا قضينا معاً بعض الوقت نتحدث بحديث وديّ مفيد. إن مثل هذا الاعتذار لم أكن معتاداً عليه من قبل، ولكني أشعر أني أكثر تفاؤلاً الآن.

في تجربتي الخاصة، أفضل تشجيع عندي لأولادي هو أن أقضي معهم بعض الوقت، ولو حتى لمجرد التواجد بجانبهم وكأنني صديقة لهم، أطرح أسئلة، وألاحظ ما يفعلون وهم يكتشفون أمراً جديداً عليهم. إن التشجيع لا يكون فقط بالكلمات.

عندما طلبتُ من عدنان أن يقصّ حشائش الحديقة أجابني: «هل تتوقع مني أن أكون خادماً لأقوم بكل عمل في هذا البيت! وعلى كل حال إني لا أستطيع تشغيل آلة القص».

فقلت له: «يا عدنان، إن مما يُسرني أن تقوم بهذا العمل، ولكن ليس هذا واجب عليك. في الحقيقة، عندما كان الحشيش طويلاً جداً الشهر

الماضي، فوجئتُ أنك تطوعت وخرجت من نفسك وقصصت الحشيش بشكل جيد، ولذلك فأنا أعترف أنك قد قمت بنصيبك من العمل». وبعد ذلك تركتُ عدنان وذهبت لأمر آخر، فإذا به وبعد دقائق يخرج بنفسه ليعمل بهمة عالية في قص الحشيش. إن كلمات التشجيع هذه كان لها الأثر الطيب.

إن ابنتي سميرة موهوبة في الرسم، وقد قلت لها ذلك مرات ومرات، وذكرت لها أني أعجب بجودة رسماتها. ولكن بعد القراءة عن التشجيع، أدركت أن الفعل أفضل من الكلمات، فأخذت رسمة من رسماتها ووضعت لها إطاراً (برواز) وعلقتها في غرفي. ولا أعتقد أن هناك كلاماً ذكرتُه لها شجّعها كما شجّعها عملي هذا.

الجدول الثالث
التشجيع

الآباء المثبطون	التعليقات المعتادة	الآباء المشجعون	التعليقات المعتادة
يهتمون بالنجاح وليس بالجهد المبذول.	«عندك خطأ خمسة من عشرة، فعليك أن تفعل أفضل من هذا!».	يهتمون حتى بالجهد القليل المبذول وليس مجرد النجاح، وهم هادئون ومتقبلون للولد.	«عندك صح خمسة من عشرة، ولاحظت أنك تبذل جهداً طيباً في الفترة الأخيرة».
يطالبون بالإنجازات ولا يلتفتون للتحسّن والتقدم، ودوماً يقارنون الولد بالآخرين.	«انظر إلى عبد العزيز كيف يتقن هذا الأمر أحسن منك. إنك تضيع وقتي ووقتك!».	يُسعدون بالتحسن الطفيف وليس فقط بالإنجازات الكبيرة.	«حسناً، يبدو أنك بدأت الآن تتقن هذا الأمر أكثر».
يفعلون الكثير للولد، وكأنهم مجرد خدم له.	«سأبحث لك عن حذائك عندما أنتهي من تسريح شعرك، انتظر قليلاً!».	ينمّون القدرة على تحمل المسؤولية، ويتركون للولد مجالاً ليجرب ويتعلم من خطئه.	«والآن أضف الحليب إلى الطحين وانظر ماذا سيحدث».
يأخذون الطعم، ودوماً يرتكسون لسلوك الولد، وعندهم ميل للسيطرة والفردية.	«اخرس واخرج الآن وإياك أن تتكلم معي بهذا الشكل مرة أخرى!».	يحاولون الاستماع للولد ويظهرون اهتماماً به.	«الآن فهمت، يبدو أن الأمر كان صعباً عليك هذا الأسبوع».
الإطراء المصطنع وغير الصادق أو المخلص.	«إنك غاية في اللطف حقاً، الكل سيحبونك!»	يعطون عبارات مخلصة تناسب هذا الولد بذاته، وليس كلاماً عاماً.	«يعجبني ثوبك هذا فإنه قد ناسب لون شعرك تماماً».
يتملقون ويطمئنون بشكل غير واقعي.	«طبعاً إنك فعلت الشيء الصحيح يا ولدي، فأنت دائماً تفعل هذا!».	يستمعون، ويسمحون للولد أن يحكم بنفسه.	«الآن ماذا تعتقد؟ وكيف تشعر بما حققت حتى الآن؟».

الآباء المثبطون	التعليقات المعتادة	الآباء المشجعون	التعليقات المعتادة
يهددون ويأمرون ويسيطرون ويذكرون بالواجبات.	«هيا أسرع، اذهب إلى سريرك في هذه اللحظة، وإلا فإني سوف.. (تهديد للمرة الخامسة).	يشجعون الولد على أن يقرر بنفسه ويتحمل نتيجة هذه القرارات.	«لا بأس، فكلنا يمكن أن يخطئ في هذا، ولكن ماذا يمكنك أن تتعلم من الأمر؟».
ينتقدون ويتصيدون الهفوات ليشيروا إليها.	«انظر ماذا فعلت الآن! لماذا عليك أن تكون هكذا أحمقاً!».	يتطلعون للإيجابيات، ويتحلون عادة بروح مرحة مداعبة.	«انظر ماذا حققنا معاً! أنا سعيد أنك شاركتني وإلا فقد لا أنتهي من العمل لوقت طويل!».

الاستماع والإصغاء

عاد أبو علي من عمله متعباً، وفور دخوله البيت ذكر أن صوت التلفاز مرتفع. ورغم أن أحد الأولاد كان قد خفض صوت التلفاز إلا أن أبا علي بقي منزعجاً فقال: «إذا لم تخفضوا صوت هذا التلفاز حالاً فسأكسره بنفسي!».

تميّز المشاعر:

إن هذه الحادثة تمثل نموذجاً متكرراً يمكن أن يكون له الأثر السيئ على حياة الأسرة، وذلك من خلال عدم تقدير المشاعر، مشاعرنا ومشاعر الآخرين. **إنه من السهل أن نلوم الأولاد على انزعاجنا وغضبنا، ولكن هل هذا من العدل؟ إن مشاعرنا تأتي من داخل أنفسنا**. وهذه المشاعر تتوقف على ما في أنفسنا من أفكار ومعتقدات. ومثال على ذلك، إذا اعتقدنا أن على الأولاد أن ينفذوا ما نريد منهم حرفياً، فإننا سنصاب بالانزعاج الشديد إذا تصرفوا بشكل آخر. بينما إذا اعتقدنا أن للأولاد أن يختاروا كيفية التصرف فإننا سنشعر بالفخر ونحن نراهم يتخذون قرارهم بنفسهم. ولذلك يمكن أن نغير من مشاعرنا من خلال تغيير كيفية نظرنا وفهمنا للأمور.

ومن المهم أيضاً أن نعلم أن الأهل قد يشعرون أحياناً بغضب شديد من الأولاد، وهذا الشعور بحد ذاته أمر طبيعي وليس بالضرورة أمر سيء طالما أنه يبقى مشاعراً ولا يصل للفعل.

ومن المرعب للولد طبعاً أن يتعرض لمشاعر قوية وشديدة من الكبار، ولذلك على الكبار أن يبحثوا عن طرق لتصريف هذه المشاعر بعيداً عن الصغار، كالحديث مثلاً مع صديق لهم، أو الخروج إلى الحديقة، أو حتى القيام بعمل عضلي كتنظيف المطبخ!

وقد يشعر الأهل بالسوء والفشل والذنب الشديد عندما يتسبب الأولاد في مشاكل ما. ولكن عليهم ألا يلوموا أنفسهم على خصائص الأولاد الموروثة. فكل طفل له صعوباته ومشاكله. ويبدو أن كل ولد له دوره ليقوم به في هذه الحياة. إن الأهل لم يخلقوا هذه الصعوبات، وعليهم بالتالي ألا يسمحوا للشعور بالذنب أن يسيطر عليهم وهم يتعاملون مع هذه الصعوبات.

عدم الاستماع، وتأثيراته:

معظم ما سبق من حديث حتى الآن كان حول مشاعر الأهل، ولكن ماذا عن مشاعر الأولاد أنفسهم؟ وإذا كانت المشاعر على هذه الدرجة من الأهمية، فكيف يستطيع الأهل تعلم ملاحظة ما يجري من مشاعر داخل أولادهم، ومن ثم يشعرونهم بأنهم يفهمون هذه المشاعر والأحاسيس؟ إن إدراك الأولاد أن مشاعرهم قد فهمت من قبل الكبار من شأنه أن يحررهم من واحد من أهم أسباب سوء تصرفهم. ولنحاول الآن أن نرى كيف يتعامل الأهل مع مشاعر أولادهم.

يَحزنُ كثير من الآباء هذه الأيام أن أولادهم وخاصة المراهق منهم لا يتحدثون بشكل كاف مع آبائهم وأهلهم. ولكن يا ترى كيف يستمع هؤلاء الآباء لأولادهم؟ وماذا يقولون إذا تحدث معهم أولادهم عن بعض المشكلات التي حدثت معهم؟ وهل يخاف الأولاد من الحديث والكلام لأن أهلهم دوماً يُسمعونهم نفس المحاضرة ويكررون عليهم قائمة المآخذ والتنبيهات! ولذلك نجد كيف أن الأهل يفوتون على أنفسهم فرصة مناسبة لتعليم أولادهم كيف يتعاملون مع مشاعرهم وعواطفهم.

ولا شك أن الأهل يقدمون نصائحهم بنيّة حسنة، إلا أن الغالب أن لا تكون مفيدة أو مؤثرة. وهم بالحقيقة يبعدون أولادهم عنهم بما يستعملون معهم من النصائح والمساءلات والتحقيقات والتهديدات، وربما حتى الاستهزاء!

وحتى الشفقة قد تكون أحياناً شكلاً من عدم الاستماع، فعندما يأتي الولد حزيناً متأثراً، فإنه يحتاج للتعبير عما في نفسه من مشاعر، إلا أن بعض الآباء قد يقول له: «لا تبكِ» أو «لا تحزن وتغضب» أو «غداً ستكون أفضل

مما أنت عليه الآن» أو «لا تهتم، فسأشتري لك واحدة أخرى». لا شك أن نية الأهل طيبة في كل هذا، إلا أنهم لا يعطون الولد ما هو بأمسّ الحاجة إليه في هذه الحالات، وهو الشعور بأن هناك من يستمع له ويفهم مشاعره.

وعندما ينزعج الأولاد فإنهم يحتاجون للتعبير عن ألمهم ومشاعرهم. والغالب أنهم يفعلون ذلك عن طريق البكاء والصراخ وأحياناً الضحك. وقد يحتاجون أحياناً للإمساك بهم كي لا يسببوا أذية للآخرين أو لأنفسهم، إلا أنه من الهام أن يسمح الأهل للولد بإطلاق مشاعره هذه بدل أن يحاولوا كتمها بإخباره أن «الأولاد الصغار لا يبكون». ويحتاج الأطفال وهم في هذه الحالات إلى انتباه الأهل الكامل، والضم بحنان أو حتى مجرد اللمس. وبذلك يعبر الطفل عن مشاعر استيائه، محرراً نفسه منها لينطلق إلى الأمام. إن فهم الأهل هذا، والانتباه الذي يعطونه لولدهم هو نوع فعال من الإصغاء والاستماع. وهو يدل على احترام الولد ومحبته وتقبله، مما يساعده على النمو والتطور كإنسان سوي.

كيف يستمع الإنسان بشكل فعال:

إن هذا النوع من الاستماع لا يأتي بشكل طبيعي، وإنما هو مهارة يمكن للإنسان أن يتعلمها ويتقنها. وهذه بعض الطرق التي تساعد على الاستماع الفعال المؤثر:

لا تستمع بأذنيك فقط وإنما بكامل جسمك، فوجهك وصوتك وطريقة جلوسك وعينيك. توقف عن الأعمال الأخرى من قراءة أو نظر للتلفاز، وانظر إلى ولدك، ولكن من دون فتح العينين بشكل مرعب له. إن الكلمات الطيبة الصحيحة لا تكفي إذا شعر الولد من وجهك ونبرة صوتك أنك لا تفهم عليه وأنك غير متجاوب معه. ولذلك من الأمور الهامة أن تركز انتباهك على الولد، وأن تبذل الجهد لفهم ما يريد أن يقول لك. ومجرد ابتسامة أو تكشيرة قد تغير كل شيء. ومن المفيد أحياناً أن يكون هناك ملامسة بينك وبين ولدك أثناء الحديث كأن تضع يده بين يديك أو تضع يدك على كتفه، فهذا مما يؤكد على حسن الاستماع والتفاعل.

من الناس من يعتقد أن حسن الاستماع يتوقف على طرح الأسئلة

الصحيحة، ولكن هل لاحظت مرة كيف يكون طرح الأسئلة أمراً مهدداً ومرعباً أحياناً؟ بل أن هناك من يرى في الأسئلة أحياناً نوعاً من العدوانية والتهجم. ولذلك فالأسئلة قد لا تكون مفيدة إذا أردت تحسين التخاطب مع ولدك. وبشكل عام حاول أن تغير صيغة السؤال إلى العبارات التالية: «لا أدري إن كنت..» و«إني أتساءل مع نفسي، هل يا ترى..» وبهذه الطريقة فإنك تفتتح السؤال بإبداء جهلك في هذا الموضوع. فأيهما أفضل يا ترى أن تقول: «لا أدري ماذا ستفعل بهذه النقود» أو أن تقول: «ماذا ستفعل بهذه النقود؟». وإذا كان لا بد من طرح السؤال فإن «ماذا؟» تبقى أفضل من «لماذا؟». ومن المهم أيضاً أن تعطي الولد فرصة للتفكير في السؤال ومن ثم تقديم الجواب.

ومن حسن الاستماع أحياناً أن تبقى صامتاً، أو تقول فقط بعض العبارات القصيرة، مثل: «نعم»، و«حسناً» و«الآن فهمت». وأحياناً قد يكون بطرح سؤال لطيف، أو ذكر حادثة مشابهة من تجربتك الخاصة. ومن الأمور الحساسة والدالة على نوعية الاستماع، هو مدى تشجيعك للمتحدث على الكلام وانسياق الأفكار، والانفتاح والتوضيح.

إن سرّ الاستماع الجيد أن تتجاوز بالإصغاء إلى ما وراء الكلمات والقصة والتفصيلات، لتكتشف المشاعر والأحاسيس وحال الإنسان الذي يكلمك.

ويفيد كثيراً أن تحاول التأكد من أنك تستمع لكل هذه المشاعر والأحاسيس بشكل سليم، وهذا ما يسمى بالاستماع الفعال.

الاستماع الفعّال:

ونقصد بالاستماع الفعّال التأكد من أنك تستمع إلى ما يقوله ولدك حقيقة، وما يشعر به في نفسه، ومن ثم تعيد على ولدك وبكلماتك ما قد سمعته منه، مُظهراً فهمك وتقديرك لما قاله، وبذلك فإنك تشعر بما يشعر به ولدك، وتحاول التأكد من أنك تفهم عليه عن طريق أن تُسمعه ما قد فهمت منه، وعن طريق أن تضع نفسك مكانه. ومثال على ذلك:

سعيد: إنني لن ألعب مع ربيع مرة ثانية، إنه أنانيّ وطمّاع.

الأم: يبدو أنك منزعج منه.

سعيد: أنا أكرهه!

الأم: الأمر لهذه الدرجة، إنك متضايق جداً منه.

سعيد: هذا صحيح. لقد أعرته دراجتي فوضعها في الطين.

الأم: نعم. وقد كنت مسروراً جداً بدراجتك الجديدة!

سعيد: صحيح يا أمي، وعلي الآن أن أغسلها كلها من جديد...

قد يبدو هذا الحوار مصطنعاً وغريباً، والحقيقة أن هذا الأسلوب ليس دوماً للاستعمال، وإنما أكثر ما يفيد عندما يكون عند المتحدث عواطف جياشة، ومشاعر وانفعالات قوية.

إن الولد المنزعج أو المنفعل جداً يحتاج للتعبير عن عواطفه ومشاعره، وهو لن يجد أي غرابة في هذا النوع من الاستماع الفعال إذا أحسنَّا استخدامه. فهو سيشعر أولاً أنه قد فُهم، وسيتمكن ثانية من رؤية أفضل لما قد حدث معه، وبالتالي سيفكر ثالثاً بشكل أفضل في حلّ المشكلة التي أمامه، كما قال سعيد: إن عليه «أن يغسل الدراجة من جديد». ومن شأن هذا النوع من الاستماع أن يفتح المجال للتخاطب والحوار بين الولد وأهله. وهو يوجِد جواً من التفاهم والثقة بين أفراد الأسرة. إنه يشجع الولد على الاسترسال في الحديث، وعلى الكلام حتى في القضايا الصعبة كالعواطف والمشاعر، والمواضيع الجنسية، والعلاقات مع الأصدقاء.

ولننظر إلى مثال آخر. لقد قيل لهند: إنها لن تستطيع الخروج لزيارة صديقتها ليلاً في ساعة متأخرة.

هند: أنت دوماً تقولين لا، إنك لا تحبينني أبداً.

الأم: تعتقدين أنني غير عادلة، وأنت غاضبة مني طبعاً.

هند: أي عدل هذا؟ إنكِ متسلطة عليّ، ودوماً تضعين الشروط ولا تعطيني حريتي.

الأم: تشعرين أنني أقيدك دوماً بالشروط والضوابط.

هند: نعم، هذا صحيح.

الأم: ولذلك مللتِ كل هذه الشروط.

هند: هذا صحيح. إنني أعامل هنا معاملة الأولاد الصغار. بل الصغار عندهم حرية أكثر مني.

الأم: تشعرين أنني لا أثق بك.

هند: تماماً! إنك لا تثقين بي.

الأم: يبدو أنك جداً مستاءة مني.

ولنلاحظ هنا كيف أن عواطف هند ومشاعرها قوية في هذه الحالة. ويستخدم هذا النوع من الاستماع كما ذكرنا عند وجود شحنة عالية من المشاعر والعواطف. ونلاحظ هنا أيضاً أن الأم لم تستعمل نفس العبارات التي استعملتها ابنتها، وبقيت تحاول أن تعكس مشاعر ابنتها. وقد يبدو أن الأم لم تنجح تماماً في حل المشكلة، إلا أنها بقيت محافظة على هدوئها وسمحت لهند بالتعبير عن غضبها وانزعاجها. وقد لا تحصّل الأم نتائج فورية، إلا أن هند ستكون أقدر على التكيف مع مشكلتها بعدم السماح لها بزيارة صديقتها في المساء.

وليحاول القارئ أن يقارن هذا مع ما يجري عادة في مثل هذه الحالات من المواقف، وسيدرك كيف يمكن بسهولة أن ينقطع خط الحوار والتخاطب بين أفراد الأسرة، وخاصة بين الآباء والمراهقين عندما لا يحسن هؤلاء الآباء الاستماع لأولادهم.

ويفيد هذا النوع من الاستماع الفعّال أيضاً عندما يطرح الولد أسئلة على الأبوين. فإذا شعر الأهل أن هناك أموراً أخرى خلف السؤال فيمكنهم التأكد من ذلك عن طريق إعادة ذكر ما يعتقدون وجوده في ذهن الولد من أفكار ومخاوف.

فعندما يسأل وليد: «لماذا الحشيش أخضر؟» فأحياناً تقول له الأم: «يا له من سؤال سخيف» أو «إنه دوماً أخضر». ولكن يمكنها أن تتأكد بقولها: «أنت تتساءل إذا كان الحشيش يغيّر لونه أحياناً؟» وبذلك نستطيع أن ننتهز الفرصة لنعلمه كيف أن لون الحشيش يتغير للأبيض عندما يغطيه الثلج، أو كيف يكبر الحشيش ويموت في الشتاء أو وقت الجفاف ويصبح بني اللون. إن الاستماع الجيد يفتح احتمالات جديدة، ليس فقط لحل المشكلات وإنما أيضاً لتحسين كامل العلاقة بين الآباء وأولادهم. ولأن الاستماع يحتاج للفهم والاهتمام الصادق، نستطيع القول بأنه يصبح وسيلة لإظهار المحبة والمودة.

كيف تبدأ؟:

على الآباء الذين يحاولون تطوير استماعهم أن يعطوا انتباههم إلى ما يقوله الولد ومن ثم يحاولون تقدير مشاعره وعواطفه خلف الكلمات. وهناك قائمة طويلة للكلمات التي تستخدم عادة للتعبير عن المشاعر. ومثال ذلك: غضبان، منزعج، متضايق، قلق، خائف، أرق، ملول، مرتاح، واثق، فرح، سعيد، خائب الأمل، حزين، مكتئب، مشمئز، خجول، مُحرَج، متحمس، متهيج، مذنب، متشائم، فاقد الأمل، تعيس، محتار، متردد، متفائل، أكاد أطير من الفرح، فخور، مرفوض، منبوذ، مرتاح، مسترخي، متوتر، تعب، مطمئن، مهدد، شاكر، غير مفيد، راغب...

وسنذكر هنا أمثلة لمشاعر لا يعبر عنها الأولاد بسهولة، وسنرفق بين قوسين مع كل عبارة بما يمكن أن يشعر به الولد وهو يذكر هذه العبارة.

- «إني لا أحتاج أن تقول لي دوماً ماذا أفعل!» (أشعر بالإذلال والصغار، وكأنني لا أفهم).
- «يا ليتني لم أعش في هذا البيت!» (إنني غضبان، ومتألم).
- «إني أكره المدرسة!» (إني أشعر بالملل، وأني عديم الفائدة، وغير سعيد).
- «لا أستطيع النوم» (إني متوتر وقلق، منزعج من أمر، محتار).

وإذا كانت مشاعر الولد واضحة بيّنة فيمكن للأهل أن يعيدوا ذكر هذه المشاعر على الولد «أنت تشعر بكذا..» و«إنك... جداً» و«يبدو عليك كذا..» و«أفهم أنك كذا..» والهدف من ذلك أن نسمح للطفل بالانفتاح ليقول أكثر عما في نفسه. وحاول أن لا تعيد ذكر المشاعر بشكل أقوى أو أضعف مما هي عليه، وإلا فقد ينغلق الولد من جديد، ويشعر بأنه لم يُفهم ويُستوعب. ورغم أن الاستماع الفعال من أكثر ما يفيد الأهل في تفاعلهم مع أولادهم، إلا أنه يمكنهم أحياناً أن يقولوا ما فيه بعض المرح والدعابة. فإذا اشتكى الولد مثلاً من أن أخته قد أخذت قطعة حلوى أكبر من قطعته، فقد يقول الأهل مثلاً: «نعم يا عدنان، إننا نحب سلوى أكثر منك فأعطيناها قطعة أكبر!».

وأخيراً، لا شك أن تطوير الاستماع الفعال وتحسينه قد يأخذ بعض

الوقت. وكغيره من المهارات، قد يبدو في البداية وكأنه مصطنع وغير مريح، ولكن من خلال الممارسة والصبر يصبح أمراً طبيعياً وعفوياً عند الآباء.

وحاول الآن أن تقرأ عبارات الأولاد التالية، وفكر كيف تكون عادة ردود أفعال الأهل سلبية. ثم اسأل نفسك بماذا يفكر الولد أو بماذا يشعر حقيقة وهو يقول هذا.

- «لا أريد الذهاب إلى المدرسة».
- «إنك لا تهتم بي وبما يحدث معي».
- «إن معلمتنا في المدرسة قاسية جداً!».

ويفيد للآباء أن يسألوا أنفسهم الأسئلة التالية:

- أي من أولادي سأحاول أن أكون معه مستمعاً جيداً هذا الأسبوع؟
- ما هو الوقت الطبيعي والمناسب للقيام بهذا الأمر؟ (مثلاً بعد الطعام أو عند النوم).
- كيف أبدأ؟
- ماذا يمكن أن أقول له لأشجعه، وأشعره بالثقة ليرتاح ويتحدث أكثر؟

الأمثلة والمواقف العملية:

* أسماء (٩ سنوات): ليس عندي ما أعمله! ذهبت أسأل عن صديقتي سعاد في منزلها إلا أنها غير موجودة فقد ذهبت في إجازتها الصيفية.

الأب: حسناً، دوماً ستجدين غيرها تلعبين معها.

يا ترى ماذا كانت أسماء تشعر تماماً عندما عادت إلى البيت؟

ويا ترى ما أثر كلمات والدها عليها؟

وكيف كان يمكنه أن يستعمل الاستماع الفعال ليبدي تفهماً أفضل؟

* بلال (١٢ سنة): أنا أكره مدرسي. إنه أصعب مدرّس عرفته. أتمنى لو كان ميتاً!

الأم: عيب يا بلال أن تتكلم هكذا عن أي إنسان! لا بد أنك فعلت أمراً خطأً حتى يتشدد معك.

يا ترى كيف شعر بلال عن نفسه ومدرسته ومدرسه؟

وما هي أثر كلمات الأم عليه؟

وكيف كان للأم أن تستمع بشكل فعال لتساعد ولدها على التعبير عن نفسه ومشاعره؟

* عمر (٥ سنوات، ويكاد يبكي): لقد أبعدني سمير وصلاح وقالا: إني صغير ولم يسمحا لي باللعب معهما.

الأم: لا تزعل يا عمر، إنك أفضل هكذا بدون مثل هؤلاء الأصدقاء!

ولو كنت أنت عمر، فكيف ستشعر إذا عاملك أصدقاؤك بهذا الشكل؟

وما هو يا ترى أثر كلمات الأم عليه؟

وكيف كان يمكن للأم أن تساعد عمر بشكل أفضل لو استمعت له بشكل فعال؟

* قال زهير (١٠ سنوات) بعد أن قضى نصف ساعة مع وظيفته المدرسية: هذه وظيفة صعبة علي، لقد مللت وسأتركها.

الأم: إنك لن تستطيع أن تتركها هكذا قبل أن تنهيها. إنك لم تجلس معها بعد الوقت الكافي، وعليك أن تستمر بالمحاولة.

يا ترى كيف شعر زهير بالنسبة لوظيفته؟

ولو كنت زهيراً فكيف ستؤثر بك كلمات الأم؟

ولو حاولت الأم أن تستمع لولدها بشكل فعال، أما كان بإمكانها أن تساعده على التقدم؟

* علي (١٧ سنة): لقد دعاني صديقي لزيارة منزله غداً.

الأب: ولكن عليك أن تتأكد من عودتك للمنزل في وقت مبكر.

كيف كان يشعر علي بهذه الدعوة؟

وكيف أثرت كلمات والده عليه؟

وكيف كان يمكن للوالد أن يستمع بشكل فعال؟

إرشادات للأهل:

هناك لحظات معينة يفيد أن يترك الإنسان كل شيء في يده ليجلس

ويستمع لولده بكل انتباه. ومثال ذلك عند العودة من المدرسة، وإن كان عنده القليل مما يتحدث به، ووقت الذهاب إلى السرير للنوم، وعندما يبدو عند الولد مشاعر قوية من الانزعاج أو الحزن أو حتى الفرح.

قد يغلق الأهل منافذ الاستماع لولدهم عن طريق مجادلتهم للولد أو إلقاء النصائح عليه أو مساءلته أو السخرية منه. . وكل هذه الأمور من شأنها أن تقطع خط الاتصال بين الولد وأهله، ولذلك يفيد أن يفكر الأهل كيف يمكنهم إنقاص وجود هذه الأمور.

عندما يبكي الطفل لأن لعبته قد تحطمت، أو أن أخته قد شدّت له شعره، أو أنه يشعر بالملل لانعدام الصديق، فإن من أهم الأمور التي يحتاجها في هذه الظروف هو الاستماع، والشعور بأن هناك من يفهمه. ومع الأسف فإن غالب الآباء يعتقدون أن من واجبهم أن يأتوا بحلول لمثل هذه الظروف، ويتركون الاستماع الذي هو في الحقيقة الخطوة الأولى للحل، وقد يكون هذا الاستماع هو الحل الوحيد المتوفر.

ويفيد عند استماعك للولد أن تنزل إلى مستواه، فهذا مما يساعده على الانطلاق في الحديث. والمقصود أن تنزل إلى مستواه جسدياً بحيث تجلسا معاً، أو تنخفض قليلاً لتصبح على مستوى ارتفاعه، فهذا يعطيه الاطمئنان، ويشعره بالقرب، ويوحي له بأنك مهتم بالاستماع إليه.

وقد يكون من أحسن طرق الاستماع إلى الولد المنزعج والحزين هي ضمّة إلى صدرك بحنان لتعطيه فرصة للتعبير عن مشاعره وألمه عن طريق بعض الدموع.

ويمكنك أيضاً تشجيع الولد على الحديث عن طريق التلفظ ببعض العبارات القصيرة من مثل: «نعم» و«الآن فهمت عليك»، «يبدو أنك متأثر من ذلك». . وهذا أفضل بكثير من الأسئلة المباشرة.

وإذا كان عليك أن تسأل سؤالاً فلتكن لطيفاً ومقدراً لمشاعر الولد وظروفه. ومن الطرق المفضلة استعمال «أتساءل يا ترى. .» و«لا أدري إن كنتَ. .».

ولتحصيل استماع فعّال يمكن اتباع الأمور التالية:

١ ـ استمع إلى المشاعر والأحاسيس.

٢ ـ حاول أن تُسمّي نوع الشعور عند الولد وهو يحدثك.

٣ ـ تأكد من الولد أنك مصيب فيما شعرت به من أحاسيسه بأن تذكرها له.

٤ ـ إذا تبين أنك لم تفهم عليه تماماً، فدعه يصحح لك الأمر، وأعطه فرصة للتعبير عما في نفسه.

ليس مما يفيد أن يحاول الأهل تقويم الخطأ وتصحيحه فور ارتكابه، وخاصة إذا كنت في حالة غضب من الولد بسبب سلوكه. فتصحيح الخطأ وإبداء النصيحة يكون أكثر تأثيراً لو تأجل الأمر لوقت آخر عندما يكون الوضع أهدأ. ولا يفيد أبداً وقت العاصفة والأزمة إعطاء النصائح أو قول: «لقد قلت لك من قبل ألا تفعل هذا!».

ملاحظات وتعقيبات بعض الآباء:

لقد فوجئت ابنتي حقيقة عندما شعرت أني قد فهمت عليها تماماً. فقد كانت تعتقد أن الكبار لا يمكنهم أن يفهموا الأولاد وخاصة المراهقين منهم في الثالثة عشرة. أشعر أن الفجوة التي بيننا قد بدأت بالزوال.

لي صديقة أجنبية، وقد فوجئت أن كلانا يشعر تماماً بنفس الصعوبات والعقبات في تربية أولادنا رغم الفروق الدينية والثقافية فيما بيننا.

لقد وجدت هذه الطريقة من الاستماع مفيدة حتى مع جدتي، وإن كان النجاح الأكبر هو مع أولادي الثلاثة. لقد كنت في الماضي أقول لولدي: «أوقف هذا البكاء حالاً»، بينما الآن أضمه إلى صدري، وأحاول شعور أحاسيسه وعواطفه. وعندما أقول له مثلاً: «يبدو أنك زعلان» فإنه يقترب مني أكثر ويبكي أكثر. وقد يأخذ الأمر عدة دقائق ريثما يهدأ ويذهب عنه الشعور بالانزعاج. وبعد قليل يصبح أهدأ وأكثر سعادة وبهجة.

الحقيقة أني أشعر أن ما يسمى بالاستماع الفعال هذا يبدو لي أمراً غير طبيعي. فالناس لا يتكلمون عادة بهذا الأسلوب. وقد يشعر أولادي أن هناك خللاً ما في أمهم إذا استعملت معهم هذا الأسلوب فهم لم يتعودوا عليه.

إني أشعر بالراحة من التأكيد على موضوع الاستماع، ولاحظت تحسناً في سلوك ولدي عندما استمعت إليه بتركيز واهتمام. فبعد أن كان يشعر بالحزن والاكتئاب بدأ يشعر بالغبطة والسرور. وهو لم يحتج أن أقول له ماذا يفعل، وإنما قام بنفسه بالأمر وأنهى المشكلة.

عندما كسر لعبته كان يتوقع مني أن أغضب كعادتي، بينما الذي جرى أني وضعت يدي حوله وضممته إلي، فوضع رأسه على كتفي وأخذ بالبكاء، ولما قلت له: «لا بد أنك حزنت من أجل اللعبة» فإذا به يزداد بكاء. وبعد مدة هدأت نفسه وجفت دموعه وارتاح. لقد أدركت عندها أني قد استمعت له ولمشاعره، وساعدته في التنفيس عن مشاعره وأحاسيسه. إن اللعبة المكسورة قد قربتنا من بعضنا بدل أن تباعدنا!

الجدول الرابع

الاستماع

انظر إلى الأمثلة التالية من التصرفات السليمة وغير السليمة لما يمكن أن يقوله الأولاد، وقد وضعنا في عمود (الاستماع الحسن) موقف الآباء مع ملاحظة أن الكلمات قد تختلف من ظرف لآخر.

كلام الولد	التصرف غير السليم	الاستماع الحسن
لا تقل لي ماذا علي أن أفعل.	نعم سأقول لك، فأنا أبوك، وعليك أن تفعل ما أقوله لك.	يبدو أني أغضبك عندما أقول لك ما تفعل.
إني أكره سالم، ولن ألعب معه ثانية.	يجب أن لا تكره الناس يا عزيزي، وأنا متأكدة أنه لم يقصد الإساءة.	أرى أنك غاضب من أخيك.
إني لست جيداً في الحساب.	ولكن الحساب سهل جداً، ولماذا لا تتعلمه وتبذل جهوداً أكثر.	يبدو أنك تشعر أن الحساب صعب جداً، ولذلك فأنت غير متفائل.
ولماذا لا أستطيع أنا أيضاً الذهاب! إنه أكبر مني بسنة واحدة فقط.	هذا يكفي، لن نتحدث في هذا الأمر مرة ثانية، انتهى الموضوع.	يبدو أنك تشعر بعدم العدل، وكأنك قد هُضم حقك.
لقد ربح فريقنا الرياضي يا أمي!	هذا جيد! اذهب الآن واغسل يداك.	هذا جيد، ولا بد أنك سعيد لهذه النتيجة.
لقد انكسرت يد لعبتي الجديدة (والولد يبكي).	لا تبكِ يا حبيبي، سأشتري لك واحدة جديدة.	يا للأسف لما حدث، فقد كنتَ مسروراً بلعبتك الجديدة، هذا أمر يحزن لا شك.

الحديث عن المشكلات وحلها

دخل حمزة المطبخ وتناول بعض الطعام، ومن دون أن يرتّب الفوضى التي أحدثها، ترك المطبخ وذهب ليجلس ويشاهد التلفاز! وعندما رأت أمه ما صنع، كادت أن تصرخ في وجهه ليذهب وينظف المطبخ. لقد أرادت أن تشتكي لحمزة أنها من توّها قد انتهت من ترتيب المطبخ، وأن عليها دوماً أن تنظف ما يتركه من فوضى بعد طعامه، إلا أنها بدل أن تفعل ذلك حافظت على هدوئها، ونادته قائلة له: «إني أقضي وقتاً طويلاً في ترتيب المطبخ، وعندما تدخله وتتركه بهذا الشكل فإن هذا يؤلمني ويتعبني». فما كان من حمزة إلا أن اعتذر وذهب ينظف المطبخ.

لقد نجحت طريقة الأم هنا لأنها استعملت ما يُنصح به عادة من الحديث مع الأولاد عن طريق التعبير الذاتي، أي الإشارة إلى مشاعر المتكلم «أنا يُتعبني كذا..» و«إن هذا الأمر يُزعجني..» أي أن يتحدث الآباء مع أولادهم بصراحة ووضوح وهدوء عما يشعرون به فيما يتعلق بأمر من الأمور.

ولننظر إلى مثال آخر.

عاد الوالدان للنوم بعد صلاة الفجر، وفي ساعة مبكرة جداً دخلت سعاد التي في الخامسة من عمرها إلى غرفة والديها، وبدأت توقظ والدها وتقفز على ظهره! لقد كان الأب متعباً، ولم يكن في حالة تمكنه من اللعب في هذه الساعة المبكرة من يوم العطلة، فشعر بفقدان صبره معها، وأراد أن يصرخ في وجهها وهو غاضب «أُخرجي من هذه الغرفة، وكفى إزعاجاً. هيا اذهبي واتركيني أنام». إلا أنه بدل ذلك استعمل معها أسلوب التعبير الذاتي «أنا كذا..» فقال لها بهدوء: «يا سعاد، إني أشعر بالتعب والنعاس، ولا أستطيع اللعب معك الآن، فالوقت مبكر، ولكن إذا أردت اللعب فيُمكنك أن تلعبي بألعابك في غرفتك». فما كان منها إلا أن ذهبت بهدوء إلى غرفتها.

صحيح أنها لم تكن مسرورة جداً من هذا الأمر، إلا أنها لم تعاني هذه المرة من آثار انفجار والدها غاضباً. لقد ساعد في حلّ المشكلة إخبارُها بحقيقة ما شعر به والدها.

ولقد رأينا في الفصل السابق كيفية الاستماع الفعال لشعور الأولاد، وفي هذا الفصل وعلى العكس سنرى كيف يمكن أن نساعد الأولاد على رؤية مشاعر الآباء.

من هو صاحب المشكلة؟:

عندما تعترضنا مشكلة فإن من المهم دوماً أن نحدد تماماً من هو صاحب المشكلة، هل هم الأولاد؟ أم الآباء؟ أم الطرفان معاً؟ فعندما ترك حمزة المطبخ غير مرتب، ربما كان فرحاً مسروراً، إلا أن أمه قطعاً لم تكن مرتاحة في هذه الحالة، فهي صاحبة المشكلة، لأن عدم ترتيب المطبخ كان أمراً مزعجاً لها، وتعدياً على حقوقها. بينما لو كان حمزة منزعجاً لانكسار لعبة له، لكان في استطاعة أمه أن تساعده بشكل أفضل، عندما تدرك أنه هو صاحب المشكلة هنا. وهذا التفريق أمر هام لأن على الآباء أن يتصرفوا بشكلين مختلفين، بحسب تحديد من هو صاحب المشكلة. وسنرى كيف يمكن أن نساعد الأولاد على التصرف في كلا النوعين من المشكلات.

عندما يكون الولد هو صاحب المشكلة:

كيف يتصرف الآباء عادة حيال مشكلات أولادهم؟ قد يلجأ الآباء عادة إلى انتقادهم، أو إلقاء المحاضرات عليهم، أو الإشارة إلى أخطائهم وتقصيرهم. بينما يُظهر آباء آخرون درجة أفضل من تفهم الولد، فقد ينعزلوا به إلى الجانب ليعطوه النصيحة. وفي الغالب أن مجرد النصيحة قد لا تفيد. فالنصيحة المقدمة قد لا تكون أولاً نصيحة صحيحة، وثانياً قد يمانع الولد ويرفض النصيحة المقدمة من والديه، وثالثاً وهو أمر هام، أن هذا التصرف قد يتعارض تماماً مع مفهوم الأبوّة المسؤولة التي تحدثنا عنها في فصل سابق. نعم، على الآباء أصحاب المسؤولية أن يقدموا النصيحة أحياناً، إلا إنه من الأفضل أن يعملوا مع الولد ليكتشف حلول المشكلات بنفسه.

والخطوات الأربع التالية تفيد في تحقيق هذا عندما يكون الولد هو صاحب المشكلة:

١ ـ ابدأ بالاستماع الفعال، فهذا يساعد الولد على فهم أفضل لطبيعة مشكلته، «يبدو أنك قلق على امتحانك..».

٢ ـ السعي مع الولد للوصول المشترك إلى الحل، فقل له: «ماذا تعتقد بإمكانك أن تفعل الآن؟» و«ما هي الأمور التي تريد تغييرها أولاً؟» ويمكن للآباء هنا أن يعرضوا وجهة نظرهم الشخصية، مع ذكر بعض الاحتمالات المطروحة. ويفيد هنا تدوين هذه الاحتمالات ليقرأها الجميع.

٣ ـ ساعده على اختيار إحدى الأفكار أو الاحتمالات، بالنظر معه في إيجابيات وسلبيات ونتائج كل احتمال من الاحتمالات، حتى يتوضح أحدها على أنه أفضل خيار «أيّ من هذه الاحتمالات تراه مناسباً؟». ومن ثم مساعدته في التنفيذ «متى تستطيع أن تبدأ في هذا الحل؟» و«كم سيستغرق تنفيذ ذلك؟». ويفيد هنا أيضاً كتابة هذه الأمور.

٤ ـ حدّد معه وقتاً لمراجعة عملية التنفيذ، «متى يمكن أن نجلس مرة ثانية لنرى سير الأمور؟».

عندما يكون الآباء هم أصحاب المشكلة:

عندما يتضايق الآباء من مشكلة مع أولادهم، ففي الغالب يلجأون إلى تصحيح ذلك بعبارات «أنت وأنتم..» فمثلاً «إنك تركت الباب مفتوحاً..» و«أنت لم تنظف حذاءك عندما دخلت..» و«لقد صببت الكثير من الماء..» وحتى إن لم يضف الآباء ذكر أمور أخرى فإن الولد يشعر بالعتاب، وبأنه يتعرض للهجوم من خلال الكلمات وحدّة الصوت. ويبدو أن هذا الأسلوب غير مناسب، وغير مؤثر. والأولى بالآباء أن يواجهوا أولادهم ولكن من غير إدانة واتهام، وأن يتحلّوا بالحزم المطلوب ليكون تصرفهم أكثر فعالية وتأثيراً على سلوك الأولاد.

يبدو أن استعمال عبارات: «أنا أشعر بكذا».. بدل «أنت فعلت كذا..» أكثر فائدة. وعندما يقول الأب مثلاً: «أنا أشعر أني..» ففي ذلك جانب إنساني، مع إظهار الاحترام والتقدير للولد، بدل اللوم والنقد والتجريح والصراخ. وهو بهذا الأسلوب يُكلم ولده بأمانة وهدوء بما يشعر به نتيجة سلوك ولده من غير أن يلومه أو يتهمه بشكل مباشر.

ومثال على ذلك: «عندما تترك أغراضك مبعثرة في الغرفة، فإني أشعر بالحرج والخجل من استقبال الضيوف» و«عندما لا تلعب مع إخوتك بلطف، فإني أتألم وأفكر طويلاً، كيف يمكن أن نساعدكم لتجاوز هذه الصعوبة».

وبالطبع فإن استعمال عبارات التعبير الذاتي «أنا كذا..» لن يحلّ كل المشكلات، وإنما يحلّ بعضها، ويمهد أيضاً الطريق لحل بقية المشكلات.

إن مجرد استعمال عبارات قصيرة مثل: «يبدو أني متعب ومنزعج المزاج اليوم» يبقى أفضل بكثير من ردود الفعل الانفجارية تحت تأثير هذا المزاج، وأفضل من لوم الأولاد وإشعارهم بالذنب، وبأنهم السبب الوحيد للمشكلات.

هل لاحظت في الأمثلة السابقة، كيف أن التأكيد لم يكن على سلوك الطفل، وإنما على نتائج هذا السلوك؟ ويمكن للآباء استعمال أسلوب التعبير الذاتي «أنا..» بربط هذا الشعور بالسبب الذي هو سلوك الولد، إلا أن التأكيد لا يبقى على السلوك بحد ذاته وإنما على نتائجه، فيمكن مثلاً أن يقول الوالد: «إني أشعر بانشغال البال كثيراً عندما تتأخر في العودة مساء».

وقد يشعر بعض الآباء بعدم تأثير هذا الشكل من الخطاب مع أولادهم، وقد يكون السبب أنهم يفتتحون الجملة بقول «أنا..» ثم يتبعونها بعبارة قوية من «أنت..»، ومثال ذلك: «إني أشعر بالغضب عندما تسيء السلوك وتبقى تعتدي على إخوتك الصغار هكذا!» ولذلك حاول أن تقتصر على وصف شعورك من غير لوم أو عتاب، ولا حتى عن طريق حدة الصوت.

ولا يُنصح الآباء بالإكثار من استعمال هذه الطريقة من الحوار، وبأن لا يكثروا من ذكر المشاعر السلبية القوية كالغضب، وإنما يستعيضون عنه بعبارات محددة، كالخجل وعدم الراحة والتألم والتأثر..

ويفيد أن تعبّر لأولادك عن مشاعرك الإيجابية أيضاً: «أنا سعيد بالعمل الذي قمت به في الحديقة اليوم، فكم يستمتع الإنسان بالحديقة وهي مرتبة».

ومن عبارات «أنا..» المؤثرة جداً، عبارات الاعتذار: «أنا آسف، فهل تسامحني» و«إني أعتذر»، فتقديم الاعتذار للآخر عند الخطأ في حقه ـ ولو كان ولداً ـ من الأمور المقوّية للعلاقة بين البشر، وصدق الله تعالى: ﴿ٱدْفَعْ بِٱلَّتِى هِىَ أَحْسَنُ فَإِذَا ٱلَّذِى بَيْنَكَ وَبَيْنَهُۥ عَدَٰوَةٌ كَأَنَّهُۥ وَلِىٌّ حَمِيمٌ﴾ [فصلت: ٣٤].

والخلاصة:

لقد حاولنا في هذا الفصل أن نذكر كيف نتصرف عند وجود مشكلة بين الآباء وأولادهم، كسوء الأدب، وقلة الاحترام، وعدم الذهاب للنوم في وقته، وكثرة مشاهدة التلفاز، وأصدقاء السوء.. فهناك طريقتان للتصرف، تبعاً لمن هو صاحب المشكلة، ولذلك يفيد أن تسأل نفسك أولاً: «من هو صاحب هذه المشكلة، أنا أَمْ ولدي؟».

فإذا كنت أنت المنزعج والمتضرر من هذه المشكلة، فهي مشكلتك، فاسأل نفسك عندها: «ما تأثير هذا السلوك أو هذه المشكلة عليّ، وكيف أشعر بسببها؟» ومن ثم اذكر عبارة «أنا» ذاكراً لولدك مشاعرك وأحاسيسك.

بينما إذا كانت المشكلة تابعة لولدك وهو الذي يعاني ويشتكي منها، فتفيد عندها طريقة الاستماع الفعال. وإذا كانت المشكلة كبيرة ومعقدة، فيفيد أن تنسحب مؤقتاً من موقع المشكلة، وتقترح وقتاً آخر للحديث معاً في هذه المشكلة. وهنا يمكن اتباع المراحل الأربع السابقة لحل المشكلات.

ولا يكفي طبعاً مجرد «الحديث» عن المشكلات والصعوبات في كثير من الحالات، حيث لا بد من الفعل أيضاً. وسنرى في الفصل القادم نماذج من الفعل الذي يمكن القيام به، ولكن يبقى من المفيد دوماً التأكد من أننا نستعمل البيان والحديث في معالجة الأمور.

وحاول الآن أن تتحرى من هو صاحب المشكلة في هذه الحالات:

- طفل مدلل يقوم بمشهد حافل في كل مرة يرتدي فيها ملابسه أو يجلس على مائدة الطعام، وهو يرفض القيام بما يُطلب منه.
- طفلك البالغ سنتين من العمر يبدأ بتسلق الدرج.
- يبكي ولدك ويُظهر عدم احترامك عندما تكونين تتحدثين مع الجيران.
- يُكثر الأبناء من النزاع والمشاجرة فيما بينهم.
- يقوم ولدك بالاعتداء على ابن الجيران.
- الوظيفة المدرسية غير مرتبة أبداً، أو لم تُكتب مطلقاً.
- يتجاهل الولد الوقت المخصص للنوم.
- ينساق ولدك المراهق مع أصدقائه، ولا يقوم بوظائفه المدرسية.

التدريب المنزلي:

١ ـ حاول أن تعطي أحد أولادك خلال الأسبوع عبارة واحدة كل يوم مستعملاً أسلوب التعبير الذاتي «أنا . .»، ولاحظ كيف أنك تتحسن في هذا الاستعمال من خلال الممارسة.

٢ ـ خصّص وقتاً معيناً خلال الأسبوع لتناقش فيه مع ولدك المراحل الأربع لحل المشكلات.

وحاول كتابة النقاط التالية مقدماً:

- مع مَنْ مِنَ الأولاد؟
- ما هي المشكلة المناسبة للتطبيق؟
- وقت القيام بهذا العمل؟

أمثلة ومواقف عملية:

حاول أن تنظر في الأمثلة التالية لتجد من هو صاحب المشكلة، فإن كان الولد، فحاول استعمال طريقة الاستماع الفعال، بينما إذا كانت المشكلة تابعة للآباء فحاول استعمال أسلوب التعبير الذاتي «أنا . .».

- إنكِ تحاولين الحديث مع جارتك التي قليلاً ما ترينها، ولكن ابنتك البالغة ست سنوات تتابع مقاطعتك في الحديث.
- يذهب عثمان لزيارة بيت عمه على الدراجة، وبعد دقائق يعود قائلاً: «احزر ماذا حدث معي يا أبي؟ لقد انفجرت العجلة الأمامية للدراجة! فماذا أصنع الآن؟».
- تذهب الأم إلى المطبخ لتبدأ في تحضير الطعام، فإذا بعصام قد ألقى ألعابه في كل أرجاء المطبخ.
- تدخل ابنتك البالغة السادسة عشرة وهي شاحبة، وتقول: إنها قد رسبت من توّها في امتحان هام.

وسنذكر الآن مثالاً للاستعمال الجيد للمراحل الأربع لحل المشكلات، فحاول أن تتعرف على هذه المراحل من خلال كلام الأم مع ولدها.

سليم (وهو يغلق الباب بشدة): هناك واجبات كثيرة في هذا المنزل،

فالكل يقول: رتّب غرفتك! نظف الطاولة! امسح الأرض! اغسل الصحون! . . أنا أكره هذه الحياة.

الأم: يبدو كأن العمل كثير، مما يجعلك تملّ وتنزعج.

سليم: طبعاً أنا منزعج، فغيري من الأولاد ليس عندهم أعمال في منازلهم!

الأم: وهذا مما يجعلك تشعر وكأنك مظلوم، أو أن هناك عبئاً ثقيلاً عليك.

سليم: نعم هذا صحيح، والأسوأ أن الأمر لا ينتهي.

الأم: وماذا تعتقد أن بإمكانك أن تصنع من أجل هذا؟

سليم: ليس هناك ما أستطيع فعله، فلست ممن يتخذ القرارات في هذا المنزل.

الأم: حسناً، لنفترض أنك تستطيع اتخاذ القرار، فما هو الأمر المقبول لك والذي فيه عدل؟

سليم: حسناً، أقول: إنكم أنتم الكبار الراشدون، وعليكم أن تقوموا بالعمل!

الأم: هذا أحد الاحتمالات، هل هناك أمور أخرى يكون فيها عدل أيضاً؟

سليم: ادفعوا بعض المال لإنسان يأتي ليقوم بهذه الأعمال.

الأم: هذا احتمال ثان، هل هناك أمور أخرى؟

سليم: يمكنكم على الأقل أن تشتركوا في العمل، فلا يعود إنسان واحد يقوم بالأعمال الكثيرة.

الأم: حسناً، فعندنا ثلاثة احتمالات، أن أقوم أنا ووالدك بهذه الأعمال، أو أن ندفع لإنسان ليقوم بها، أو أن نتشارك كلنا بمسؤولية هذا الأعمال. فما هو برأيك أفضل الحلول؟

سليم (وقد تلطف أكثر بالحديث): الاحتمال الأول والثاني من أسهل الحلول، ولكن قد يكون في ذلك ظلم لك ولوالدي. (وبعد لحظة من الصمت) هل يا ترى نستطيع أن ندفع لإنسان ليقوم بالأعمال؟

الأم: قد يصعب علينا دفع هذا المبلغ. فماذا بقي أمامنا؟

سليم: يبدو أن نتشارك بالعمل.

الأم: وهل أنت مستعد للقيام بنصيبك؟

سليم: بشرط ألا يأخذ عملي الكثير من الوقت. ماذا علي أن أعمل مثلاً؟

الأم: ماذا تفضل أن تعمل؟

سليم (وهو يفكر): أنا أعدّ مائدة الطعام، ثم أنظفها.

الأم: طيّب، ولكن لا أريد أن أكرر تذكيرك بالأمر، فهل أنت متأكد أن هذا هو العمل الذي تريد القيام به؟

سليم: هل تعتقدين أني سأختار هذا العمل لو لم أكن مستعداً للقيام به!؟

الأم: حسناً، دعنا نجرّب هذا الحل لمدة أسبوع، ومن ثم ننظر كيف تسير الأمور. هل أنت مرتاح لهذا الاتفاق؟

سليم: طيب، لنجرب وننظر بعد أسبوع.

إرشادات إلى الآباء:

انظر من المتضرر والمنزعج من السلوك، فإذا كنت أنت، فجرّب أن تتكلم بعبارات «أنا.. وإني»، وإذا كان ولدك صاحب المشكلة، فحاول الاستماع إليه.

من أجل حل المشكلات المعقدة والكبيرة، حاول المشاركة في التفكير، وربما كتابة النقاط والأفكار والاحتمالات المطروحة. إنه لأمر مفاجئ عندما ندرك كم يستطيع الواحد منا أن يأتي باحتمالات كثيرة عندما يتشارك بالتفكير مع إنسان آخر.

وحاول أثناء التفكير المشترك ألا ترجح للولد احتمالاً على آخر، وإنما ساعده بتوجيه خفيف، ليكتشف بنفسه حسنات وسلبيات كل احتمال مطروح.

ساعد ولدك ليختار بنفسه حلول مشكلاته، فالحلول المفروضة عليه من الآباء لا تساعده على النضج وتحمل المسؤولية.

قد يكون حلّ المشكلات مضيعة للوقت، إذا لم تُخصّص وقتاً للنظر في هذا الحل، ومدى نجاحه في تحقيق المطلوب.

عندما تكون أنت صاحب المشكلة، فإن عبارات «أنا.. وإني» تساعد لأنها تعامل الولد باحترام. ومن المفيد عادة تركيز الانتباه على نتائج سلوك الولد لا على السلوك نفسه.

وعندما تعطي عبارات «أنا..» فلا تستعمل المشاعر السلبية القوية، وإنما عبارات أخرى خفيفة كخيبة الأمل، والتألم والشعور بالحرج. وأفضل ما تبوح به لولدك عند مواجهة مشكلة هي أحاسيسك الخاصة أمام هذه المشكلة، كالشعور بالوحدة، والفشل، والارتباك.

إذا كان أولادك صغاراً، ولا تستطيع معهم استعمال المراحل الأربع لحل المشكلات، فيمكنك تجريب هذه الطريقة مع زوجك، فالكثير من الأزواج يجدون في هذه الطريقة عوناً لهم على حلّ الكثير من مشكلاتهم.

تعليقات بعض الآباء:

إني أجد صعوبة في تحديد من هو صاحب المشكلة، فقد يستغرق الأمر عدة دقائق حتى يتضح، عندها يكون قد تأخر الأمر ولم يعد يفيد شيئاً.

لقد أدركتْ أنها كانت المخطئة، فاستعدتْ لاستقبال نوبة غضبي المعتادة، إلا أني بدلاً من ذلك، نظرتُ إليها وقلت: «يا وداد، إذا تأخرتِ هكذا خارج المنزل فإني أصبح مشغولة البال كثيراً، وأخشى أن يكون قد حصل لك سوء». لَقد كان تصرفاً حكيماً، حيث لاحظت عليها مباشرة استعداداً للتجاوب والتعاون.

ما زال ولدي صغيراً ولم يذهب بعد إلى المدرسة، ولم أحسب أن مراحل حلّ المشكلات يفيد معه، ولكن مع شيء من التعديل رأيت فائدة من استعمالها معه. وهذه المراحل الأربع تفيدني كثيراً مع زوجي.

عُمر ليلى الآن ثلاث عشرة سنة، وإنها لا تترك أمراً دون أن تردّ الجواب عليه، وهي تنظر إلي بغضب عندما تكون منزعجة. قلت لها البارحة: «يا ليلى لقد جلسنا نتحدث بشكل جيد خلال الأيام القليلة الماضية، وأظن أننا أصبحنا أكثر تفاهماً الآن، إلا أنك عندما تنظرين إلي

بهذا الشكل، فإني أشعر ببعض الصعوبة في التفاهم معك». فقالت: «أنا آسفة يا أمي». والحقيقة أني فوجئتُ بجوابها لأنه ليس من عادتها الاعتذار بهذا الشكل.

لقد كان هناك بعض سوء التفاهم بيني وبين زوجي، فكنا ندخل في جدال من دون أن نخرج منه بنتيجة. ولكن ومنذ أن جلسنا لعدة مرات نستعرض المراحل الأربع لحل المشكلات، بدأنا نتفاهم بشكل أفضل ومن غير أن ندخل في هذه الحلقات المفرغة من الجدال.

لقد جلست مع أولادي لنصف ساعة، نتحدث كيف يمكن أن يقللوا من التضارب وشدّ الشعر والشجار فيما بينهم! لقد استعملت معهم هذه المراحل الأربع. صحيح أني لم أرَ بعدُ تغيّراً كبيراً، إلا أني أشعر بالراحة لمجرد أننا نجلس ونتحدث بشكل واضح، بدل الجدال والأخذ والردّ بلا نتيجة.

إنني أرغب في استعمال هذه المراحل الأربعة في مكان عملي، لأنه لا يمكنك أن تتصور كيف تُتخذ القرارات في هذا المكان! فعادة إن كان هناك مشكلة، فلا تعود تجد أحداً يتحدث مع الآخر، أو يستمع له. إننا نحتاج إلى إطار ليُنظم حوارنا عندما تعترضنا مشكلة ما.

الجدول الخامس

الحديث حول المشكلات

نرى في هذا الجدول نموذجين لتصرف الآباء بحسب من هو صاحب المشكلة. ويمكنك بعد قراءة الجدول أن تفكر ببعض الحالات الخاصة في أسرتك.

المشكلة	صاحبها	تحذير	الاستماع	العبارات الشخصية
يترك الولد الباب مفتوحاً باستمرار.	الآباء	حاول أن لا تلوم، وركز الانتباه على نتائج ترك الباب مفتوحاً.		«عندما يُترك الباب مفتوحاً فإني أشعر ببرد شديد».
تبكي البنت الصغيرة لأن أختها شتمتها.	الولد	تجنب التدخل في نزاع الأولاد إلا في الحالات الخطرة.	«أنت منزعجة جداً».	
يحاول نعيم (٥ سنوات) أن يقطع الخبز بسكين حادة.	الآباء	حاول ألا تنفعل كثيراً وانتبه لطبقة الصوت، فذعرك يكون عند الولد قلقاً وذعراً مثله.		(بهدوء) «عندما تستعمل هذه السكين فإني أشعر بالخوف أن تجرح نفسك».
كان هاني متأثراً لأن صديقه تجاهله.	الولد	لا تفيد محاولة إقناعه بأن الأمر لن يؤثر عليه، ولا تحاول حلّ مشكلته.	«إنك تشعر بالغضب والألم».	
يُخرج الولد أدوات أبيه ويتركها في الخارج تحت المطر.	الآباء	تجنب الصراخ والتوبيخ		«إني أتأثر عندما تُترك الأدوات في الخارج، فقد تصدأ أو تضيع».
يكره الولد مدرسته.	الولد	لا تسرع بإبداء النصيحة فهي قد لا تجدي شيئاً.	«تشعر أنك غير مرتاح في المدرسة».	

تأديب الأولاد وتنظيمهم

جلس حسان البالغ أربع عشرة سنة على الكنبة، ورفع رجليه عليها وهو يقرأ مجلة بيده، أرادت أمه أن تكلمه بالعبارات الذاتية «أنا.. وإني» حيث شعرت أن رفع رجليه على الكنبة يسبب مشكلة لها وليس له. «يا حسان، عندما تضع قدميك بالحذاء على الكنبة هكذا فإني أخاف على هذه الكنبة الجديدة، ولا أريدها أن تتسخ». إلا أنه لم يتأثر بهذا الكلام أبداً، وأجاب «أنا أحب أن أجلس هكذا، فالأمر يريحني» وأخذ يتابع قراءته! فقالت له: «يا حسان، إما أن تجلس بشكل مناسب على الكنبة، أو تجلس كيفما تشاء ولكن على الأرض. أيهما تريد؟» فما كان منه إلا أن أنزل قدميه على الأرض، وبقي جالساً على الكنبة يقرأ.

لقد عاملته أمه باحترام عن طريق التعبير عن مشاعرها من هذا الأمر، ولكن عندما لم تنجح هذه المعاملة، فإنها أعطته فرصة للخيار، فهي لم تصرخ أو تفقد أعصابها أو تنفعل، وإنما استعملت معه أسلوباً فعالاً في التأديب.

التعلم من العواقب (نتائج الأعمال):

إن الشكل الطبيعي للتأديب عند معظم الآباء هو العقاب أو المكافأة، ولكن يبدو أن كلاً من العملين قليل التأثير على المدى البعيد. وإذا أردنا أن نبني أولاداً يتحملون المسؤولية، فعليهم أن يتعلموا تحمل تبعة أعمالهم، بدل أن يتطلعوا دوماً إلى الآباء من أجل العقاب أو المكافأة. **إن إجبار الأولاد على القيام بعمل ما يجعلهم يحاولون التهرب من هذا العمل في أول فرصة تسنح لهم. بينما يفضل أن يُعطى الأولاد بعض الخيار في تنفيذ هذا العمل.** ويجعلهم الخيار المعطى لهم أكثر قدرة على تحمل المسؤولية، حيث يعيشون مع عواقب اختيارهم وأعمالهم. فإذا اختار الولد مثلاً أن لا يأكل، فعليه أن

يشعر بالجوع حتى يأتي وقت وجبة الطعام التالية. وإذا رفض لبس معطفه، فسوف يشعر بالبرد ويتعلم من هذه التجربة. إن الجوع والبرد في هذين المثالين هما النتائج الطبيعية لاختيار الولد.

السماح للولد بالاختيار:

إن سرّ التربية والتأديب أن نسمح للولد بالاختيار، إلا إذا كان هناك خطر حقيقي فلا مجال عندها للاختيار. فإذا أساء الولد السلوك فلا تتجادل معه، وتلقي عليه محاضرة، وإنما أعطه الخيار: «إني لا أستطيع تحمل هذه الضوضاء، فإما أن تُنهي هذه الأصوات أو تخرج لتلعب في الخارج. اختر أنت ما تريد». فإذا تابع إصدار الأصوات، فتفهم من ذلك أنه اختار اللعب في الخارج، فتعيد عليه الكلام وتعطيه الخيار من جديد: «أرى أنك اخترت الخروج، فهل تخرج بنفسك أم أحملك أنا للخارج؟» والغالب أن يختار الخروج من نفسه حفاظاً على كرامته! وإذا لم يكن عنده جواب، فيمكنك أن تأخذ بيده وتخرجه بلطف، مؤكداً له «يمكنك أن تعود للداخل عندما تقرر أن تجلس بهدوء» فأنت بقيت تعطيه الخيار وتعامله باحترام، وسنرى أنه في وقت قصير سيتعلم تحمل نتائج اختياراته.

ومثال آخر. يبقى تحسين والبالغ من العمر اثنتي عشر سنة، متمدداً على سريره في الصباح لمدة طويلة وحتى يتأخر الجميع عن مدارسهم وأعمالهم. ويمكن للوالد لحل هذه المشكلة أن يتفق مع أفراد الأسرة على تحديد زمن مغادرة المنزل في الصباح. ويخبر الجميع من أنه سيغادر المنزل في هذ الوقت المحدد، ومن يتأخر بالخروج فإنه يذهب إلى المدرسة مشياً على الأقدام، وليتحمل تحسين نتائج وصوله المتأخر، ونتائج مقابلة معلمته في المدرسة. إلا طبعاً في الحالات الاضطرارية حيث يمكن للوالد أن يتحلى ببعض المرونة، ولكن عليه وبشكل عام أن يكون حازماً في أمره.

العواقب غير العقاب:

عندما يحاول الأهل تربية الولد من خلال تركه لنتائج اختياراته، فالمفروض في هذه النتائج أن تكون نتائج طبيعية منطقية لهذه الاختيارات. فإذا كسر هيثم زجاج الغرفة بسبب اللعب بالكرة، فالنتيجة الطبيعية أن يدفع

ثمن زجاج جديد، بينما أن يُحرم الولد من مصروف الجيب بسبب عدم ترتيب غرفته، فليس في هذه الحالة من ارتباط طبيعي بين إهمال غرفته والحرمان من المصروف. وبدلاً من ذلك يستطيع الوالد أن يقول: «لقد نظفتُ البيت بالمكنسة الكهربائية، إلا أن هناك أغراضاً كثيرة في أرض غرفتك، ولذلك تركت لك المكنسة في غرفتك لتنظفها أنت بنفسك» وعلى الولد في هذه الحالة أن يعيش مع عاقبة ترك غرفته غير مرتبة.

لقد اتفق سعيد مع والديه أن يذهب للنوم في الساعة التاسعة، إلا أنه لم ينفذ الليلة الماضية هذا الاتفاق، فيقول له والده: «بسبب الإخلال بما اتفقنا عليه، عليك ولمدة ليلتين أن تنام مبكراً في الساعة الثامنة والنصف كما كان الحال قبل الاتفاق الأخير، وبعد يومين نعود للاتفاق الجديد». ولا نلاحظ هنا ما يوحي بالعقاب، فقد ذكر الوالد أنه بعد يومين يمكنهم تنفيذ الاتفاق الجديد.

ولا بأس أن يستعمل الآباء عبارات من مثل: «يمكنك غداً أن تحاول من جديد»، لإعطائه الأمل بتذكيره بالبداية الجديدة، وتجنب إذلاله والحط من معنوياته، وهذا مما يساعد الآباء أيضاً على الحفاظ على مودتهم مع أولادهم.

وهناك طرق أخرى لتجنب تحويل العواقب إلى عقاب. فعلى الوالد مثلاً أن لا يقول وهو غاضب: «سيكون هذا درساً لك للمستقبل!». ومن الأهمية أن يبقى الوالد حازماً ولكن لطيفاً في ذات الوقت. ويمكن أن يُظهر هذا اللطف بقوله: «لنذهب الآن معاً وننظف المكان». وليذكر الأهل أنفسهم أن الغاية من جعل الولد يواجه عواقب سلوكه، ليست مجرد إجباره على تنفيذ رغبتهم، وإنما هي مساعدته على اتخاذ قرارات مسؤولة، ومن محاسن هذه الطريقة أنها تفتح مجالاً للأولاد ليشاركوا في صنع القرارات من البداية، كقرار تحديد موعد النوم، وبرنامج النزهة العائلية، واختيار وجبة الطعام...

التفكير بالعواقب:

وقد يحتج بعض الآباء أن هذا الكلام لا بأس به، إلا أنهم في وقت المشكلة لا يستطيعون حتى مجرد التفكير بقضية «العواقب»، ولذلك فإنهم يعودون لأسلوبهم المعتاد في التعامل مع الأولاد، من إصدار الأوامر

والجدال والنزاع. إننا عندما لا نستطيع التفكير بعاقبة العمل فسنكون عرضة لارتجال قرار غير مدروس، ومما يُنصح به في هذه الحالات، أن يؤجل الوالد اتخاذ القرار، وينسحب مؤقتاً من الموقع، وخاصة عندما يكون الجو مشحوناً بالعواطف والانفعالات مع الأولاد، فهذا يعطي الجميع فترة للتفكير والتأمل.

ويمكن للآباء في بعض الحالات أن يأخذوا رأي الأولاد في نتائج الأعمال التي قاموا بها، فمثلاً إذا ضيّع الولد قلم والده فيمكن للوالد أن يسأله: «وكيف ستأتيني الآن بقلم جديد؟».

وإذا تشاجر الأولاد فيمكن للأم أن تسألهم: «ماذا كان يمكنكم أن تصنعوا هذا المساء عندما غضبتم من بعضكم بدل النزاع والضرب؟» ونجد في هذه الحالة أن أمام الأولاد اختيارات متعددة ومتنوعة.

وهناك حالات تكون فيها الاختيارات غير واضحة تماماً، وخاصة عندما نستعمل طريقة «نعم يمكنك فعل كذا.. فور انتهائك من كذا..» ومن الأمثلة على ذلك: «نعم يمكنك أن تلعب في الحديقة فور انتهائك من كتابة الوظيفة»، و«نعم يمكنك مشاهدة برنامج التلفاز فور انتهائك من ترتيب غرفتك»، و«يمكنك أخذ قطعة من الشوكلاتا بعدما ننتهي من الغداء».

وأمام الولد في هذه الحالات اختيارات حقيقية، فأنت لا تصرّ هنا على إتمام الوظيفة، أو ترتيب الغرفة، أو تناول الغداء، وإنما تعطي الولد الخيار فيما يريد، وهو الذي يتحمل نتيجة اختياره. وإنك في ذات الوقت تذكر الولد باتفاق سابق بينكما، أنه يستطيع القيام بعمل ما ولكن بعد أن ينتهي من عمل آخر موكل إليه. ولا شك أن في هذا الأسلوب من الخطاب الكثير من الروح الإيجابية في الحديث، فبدل أن تقول للولد: «كلا، لا يمكنك أن تشتري المجلة، لأنك لم تكمل كتابة وظيفتك». يمكنك أن تقول: «نعم، تستطيع شراء المجلة فور انتهائك من الوظيفة». إن هذا الخطاب الإيجابي من الأمور الهامة في تربية الأولاد، وفي التعامل مع الناس بشكل عام.

الحَزْم في التربية:

يتطلب استعمال أسلوب تحميل الولد عواقب اختياره وسلوكه الكثير من

التصميم والحزم، ولكن هذا لا يعني أبداً القسوة والخشونة في المعاملة. وقد تسمع أحياناً من الأصدقاء أو الجيران ما يوحي بأنهم يتوقعون منك أن تكون مجرد والد «طيّب» وليس والداً مسؤولاً، فقد ينتقدونك مثلاً أنك تسمح لولدك بالتأخر عن المدرسة، وكأنك لا تحرص على وصوله بوقت مبكر، أو قد يُشعروك بالذنب، لأن ولدك قد نسي إحضار طعام الغداء معه إلى المدرسة عندما أسرع في الخروج من المنزل في الصباح. ومن المهم في هذه الحالات أن تحافظ على هدوئك وتماسك أعصابك، فهذه التجارب التي يمر بها الولد من تأخره عن المدرسة، ونسيانه لطعامه، تعتبر تجارب مفيدة جداً في الحياة، حيث يتعلم تحمل مسؤولية نتائج عمله، أو تهاونه وتقصيره، وبالتالي يصبح أكثر مسؤولية في حياته. وحتى نحن الكبار نتعلم كثيراً من نتائج أعمالنا وتصرفاتنا.

ومن الواضح أنه لا بد في طريقة العواقب من وضع الحدود والضوابط للأولاد، فالطفل «المدلّل» المائع الذي يحصل دوماً على ما يطلب، ودوماً يفرض رغباته على الآخرين، فإنه يصبح مع الوقت عدو نفسه، **فغياب الحدود والضوابط في حياة الأولاد يجعلهم في حيرة من أمرهم، فيشعرون بانعدام السكينة والاستقرار**. ومن أسوأ الأمور أيضاً أن غياب الضوابط والحدود يحرم الأولاد من فرصة اكتشاف أنفسهم وصفاتهم، ومن التعرف على هويتهم الذاتية، والذي هو من الأمور الأساسية في حياة الإنسان.

وهذه أمثلة أخرى في موضوع عواقب السلوك:

تحاول الأم أن تشتري لسعيد البالغ من العمر سنتين حذاءً جديداً لفصل الشتاء القادم، فإذا به وهم في السوق يصرّ على شراء حذاء صيفي، وعندما تعارض أمه رغبته، فإنه يبدأ بالبكاء والصراخ أمام الناس. وما هذه الحالة إلا صراع على السلطة ليختبر الولد كم تستطيع أمه أن تتحمل من الحرج أمام الناس! ولكن بدل أن تستسلم الأم لرغبة الولد وتشتري له ما يريد فإنها تأخذه وتترك المتجر من دون شراء الحذاء الجديد، ولن تحصل كارثة طبعاً إذا تأخر شراء الحذاء عدة أيام. ويمكن للأم أن تشرح له فيما بعد أنهما يمكن أن يعودا إلى السوق عندما يصبح مستعداً للتصرف بشكل حسن. فحتى الولد الصغير في السنتين من عمره يستطيع أن يفهم قضية عواقب السلوك، ونتائج العمل.

تكرر سعدية البالغة خمس سنوات مغادرة سريرها كل مساء، بعد أن تكون قد استعدت للنوم. وتحاول أمها معالجة الأمر، فبعد أن تتأكد في المساء من أن ابنتها قد قامت بكل ما يلزم من الاستعداد للنوم كالذهاب إلى الحمام.. تقول لها: «إذا قمت من السرير مرة ثانية فسأطفئ نور الممرّ خارج الغرفة ليساعدك ذلك على النوم، فاختاري ما تريدين بين الأمرين». فإذا قامت سعدية من سريرها، عمدت الأم إلى إطفاء النور قائلة: «سأطفئ النور كما قلت لك، ونحاول غداً مرة ثانية أن تبقي في السرير دون الحاجة لإطفاء النور». وقد تبدأ سعدية بالبكاء لترى إن كانت والدتها ستغير من رأيها، وتحاول الأم الثبات عند كلامها، ولا تسمح للدموع بالتلاعب في الموقف. وقد فتحت الأم هنا لابنتها مجالاً للتعلم من عواقب اختيارها وسلوكها، وهي تحاول كذلك الاستماع لابنتها لما يمكن أن تريد قوله من خلال دموعها، فقد يكون هناك ما يقلقها.

لقد دُعي فواز البالغ ثمان سنوات لزيارة منزل صديقه ورؤية لعبته الجديدة، فقال له والده: إن بإمكانه أن يذهب للزيارة إذا أنهى كل واجباته المدرسية أولاً. إلا أن فواز جلس يضيّع وقته حتى حان وقت الزيارة ولم يكن قد أنهى عمله، فبدأ يستغيث ليسمح له والده بالذهاب، فما كان من والده إلا رفض الطلب بحزم ولكن بلطف. وعندما تابع استغاثته وطلبه، غادر والده الغرفة بهدوء للقيام ببعض أعماله في المنزل.

يتنازع سمير (١٠ سنوات) مع عربي (١٣ سنة) وهما في سيارة والدهما، فيوقف الوالد السيارة ويقول: «إنني لا أستطيع متابعة قيادة السيارة أثناء هذا النزاع، فإما أن توقفا هذا الشجار أو تنزلا وتذهبا إلى البيت مشياً على الأقدام. فما هو خياركما؟» وليس في هذا التصرف بالضرورة تهديد وإنذار، وإنما يعطيهما الوالد الخيار بين الجلوس الهادئ أو النزول، وهو لا شك سيحترم اختيارهم النهائي.

عاد فائز إلى المنزل متأخراً كثيراً عن الوقت الذي اتفق عليه مع أمه، فتقول له: «لقد اتفقنا يا فائز على أن تعود في الساعة السابعة، ولأنك لم تحافظ على ما اتفقنا عليه، فعليك في الغد أن تعود في السادسة، وبعد أسبوع يمكن أن نجرّب من جديد الاتفاق الأول في السابعة». وإذا كرر فائز

التأخر، ولم يعد في الموعد المتفق عليه، يمكن أن يغيّر الوقت إلى الخامسة والنصف مثلاً، حتى يبدأ بالالتزام بما هو متفق عليه.

وكل هذه الأمثلة عبارة عن بعض أشكال التصرف مع الأولاد من خلال النظر في عواقب السلوك، والشيء المشترك فيما بينها أن فيها الكثير من الفعل وأقل ما يمكن من الكلام والنقاش، وهناك طبعاً الكثير من الأشكال الأخرى. ويعتبر تطبيق أسلوب العواقب بهذا الشكل من الوسائل الفعّالة والسليمة في التعامل مع مشكلات التوجيه والتربية والتأديب، والتي تواجه كل أسرة. ولا شك أن التطبيق السليم لهذه الطريقة ينمّ عن الاحترام العميق للأولاد.

أسئلة:

ماذا يفعل الآباء عادة عندما يقوم الولد أو البنت بما يأتي؟

- تنتابه نوبة غضب وصراخ في البيت.
- تنتابه نوبة الغضب في السوق أمام الناس.
- ترفض أن تنهض في الصباح وتترك سريرها.
- يريد مشاهدة التلفاز بدل إنهاء واجباته المدرسية.
- تبقى خارج المنزل أكثر من الوقت المتفق عليه بساعة.
- يرفض التعاون مع أفراد الأسرة والقيام ببعض الأعمال المنزلية.
- ترتدي ملابسها بشكل مستهتر وغير مرتب.
- يزعج أخته الصغيرة ويتحرش بها.
- يتخاصم مع الأولاد ويتشاجر معهم.
- تترك غرفتها وسخة وغير مرتبة.

والآن فكر في مشكلة سلوكية أو تربوية واحدة مع واحد من أولادك.

يا ترى ما هي الطريقة التي ستختاروها للتعامل مع هذه المشكلة، مستفيداً من موضوع العواقب؟

وما هو الوقت المناسب للبدء في علاج هذه الصعوبة؟

وكيف يمكنك أن تعرضها كاختيار وليس كعقوبة أو تهديد؟

أمثلة ومواقف عملية:

كيف يتصرف الآباء عادة في مثل هذه الحالات؟

وكيف يمكنك أن تطبق مفهوم العواقب للتصرف مع هذه المواقف؟

من عادة حسين أن ينسى أخذ بعض حاجاته إلى المدرسة، كطعام الغداء أو حقيبة المدرسة أو معطفه. . وتتحمل أمّه الكثير من المشقة لإيصال هذه الأشياء إليه في المدرسة، ورغم أنها تحدّثه وتذكّره باستمرار بضرورة أخذ أغراضه، إلا أنه يكرر هذا الأمر، ويقول مبرراً أنه قد «نسيها».

تكثر فتحية (٨ سنوات) وأخوها لؤي (١٠ سنوات) من الشجار والنزاع، فكلاهما يتحرش بالآخر ويعتدي عليه، وحتى قد يضرب أحدهما الآخر. وفي كثير من الأحيان يركض أحدهما أو كلاهما مشتكياً إلى الأم أو الأب.

تقوم أم صلاح دوماً برفع الملابس التي يلقيها أولادها (من ٩ إلى ١٤ سنة من العمر) على أرض غرف النوم والحمام، وهي دوماً تحدّثهم وتذكرهم بهذا الموضوع ولكن دون جدوى.

لا تبدي وداد (٣ سنوات) أي اهتمام بطعامها حيث تقضي وقت الطعام باللعب والكلام، وقد اكتشفت أن بإمكانها أن تحصل على كثير من انتباه والدتها وهي تحضّها على تناول طعامها، وهي تسمع الكثير من الإطراء لمجرد أن تضع ملعقة من الطعام في فمها. لقد تحول وقت وجبات الطعام إلى مسرح للحديث في موضوع تناول وداد لطعامها.

لا يستمع عرفان إلى المذياع إلا بصوت مرتفع، إلى حدّ يزعج كل من في البيت.

إرشادات للأهل:

هناك طرق كثيرة لتهذيب الأولاد، وكلها تعتمد على طبيعة السلوك المطلوب، وصفات الولد الذاتية، وطبيعة الأبوين، والظروف الأسرية المحيطة. ففي بعض الحالات، يفيد مجرد الحديث مع الولد للخروج من المأزق، وفي أحيان أخرى قد يتطلب الأمر تخصيص وقت لتدريبه على تحمل المسؤولية. وبغض النظر عن الطريقة المستعملة، تبقى طريقة العواقب من الطرق المؤثرة الفعّالة.

ونحتاج عند تطبيق هذه الطريقة إلى الأمور التالية:

١ ـ حاول أن تعطي الولد الخيار، فهذا مما يمنحه الثقة ويشعره بالاحترام.

٢ ـ الجأ إلى الفعل، لا مجرد الكلام والثرثرة.

٣ ـ حافظ على مودتك ولطفك، وقل للولد: «يمكنك أن تحاول غداً مرة ثانية».

إذا أردت أن تغيّر أسلوبك من إصدار الأوامر إلى إبداء الخيارات، فيمكنك استعمال عبارات «إذا. .» بدل من «لا تفعل. .» فبدل أن تقول: «لا تقطع الخبز هكذا بالسكين على خشب الطاولة» يفضل أن تقول: «إذا أردت تقطيع الخبز، فعليك فعل ذلك على قطعة الخشب المخصصة لذلك».

كن دقيقاً ومرناً في استعمال أسلوب العواقب، وخاصة في علاج الحالات المتكررة من السلوك، وليس للحالات الإسعافية الطارئة.

إن استعمال طريقة العواقب ليس عقاباً، وإنما محاولة لتعليم الولد وتهذيبه من خلال الاختيارات المطروحة أمامه، وبالتالي تعليمه حمل المسؤولية. وإذا لم يصبح الولد أكثر مسؤولية ونضوجاً، أو إذا لم يتعلم ضبط النفس وتهذيبها، فعليك عندها أن تراجع أسلوبك في التصرف معه.

حاول جهدك أن تكون حازماً في تنفيذ ما يتعلق بك في التعامل مع ولدك، فهناك الكثير من الآباء الذين يهددون الولد بكثير من الأمور التي لا ينفذونها. فإذا اتفقتم مثلاً على أن تكون وجبة الطعام في الساعة السادسة، ولم يصل ولدك حتى السادسة والنصف، فالأفضل أن تتركه لمواجهة عواقب وصوله المتأخر، بدلاً من القيام بإعداد وجبة طعام إضافية خاصة به وعلى شرفه!

عندما تظهر مشكلة جديدة في الأسرة، فيفيد أن يبدأ العلاج بجلسة للتأمل واستنتاج أفكار جديدة، فنطرح على الجميع: «ماذا يرى كل واحد منكم أن نفعل الآن؟» فهذا مما يعطي الأولاد الشعور بدورهم في حل هذه المشكلة.

حاول أن توازن الأمور بين المهارات والطرق المتعددة لتربية الأولاد، وتذكر أنك لن تحقق الكثير من الإنجاز إذا لم تستعمل أهم مهارتين في التربية، ألا وهما التشجيع والاستماع.

عندما نهذب الأولاد ونعلمهم على النظام، فعلينا ألا نهمل تهذيب أنفسنا وأخذها بالنظام أيضاً. فالصراخ ومقاطعة الآخرين بالحديث والضرب واللعن.. يعلمُ الأولاد الصراخ والمقاطعة والضرب واللعن.. وكذلك فاللطف والحزم والأمانة والاستماع والاعتذار وطلب المسامحة والتشجيع.. يعلم بدوره على اللطف والحزم والأمانة والاستماع والاعتذار وطلب المسامحة والتشجيع..

مما يحتاجه الأولاد كثيراً، أن تكون هناك ضوابط وحدود لحياة الأسرة والأولاد. وعلى الآباء أن لا يقلقوا أو يتراجعوا عندما يرون الولد يحاول تجاوز هذه الضوابط والحدود، أو عندما يصيح: «أنا لا أحبك!» ومن المهم أن نسمح له بالتعبير عن مشاعره، ولو حتى بضمه إلينا بلطف وهو يعترض ويصرخ ويضرب بقدميه، فنحن بذلك نشعره أننا نقف معه، ولكن في ذات الوقت نلتزم بالضوابط والحدود الموضوعة. وسنلاحظ الأثر الكبير لمثل هذا الأسلوب الحكيم في التربية.

تعليقات بعض الآباء:

إني إذا أردت أن أحل موقفاً مستعصياً مع ولدي فإني أقدم له بعض الخيارات، وبمعنى آخر «إذا كنت لا تريد أن تَختار بنفسك فسأختار لك».

لقد قلت له ألا يبلل شعره بالماء، إلا أنه وقد فعل فبدل قراءة القصة عليه أن يقضي الوقت في تجفيف شعره. لقد تعلم الآن أنه قد خسر قراءة القصة نتيجة عمله واختياره.

لقد كان أولادي يلعبون في غرفة النوم بعنف وبصوت مرتفع، وكأن سقف الغرفة كاد أن يتهدم. لقد أحسست بالغضب وأنا جالسة في الغرفة المجاورة، وشعرت بالحاجة للذهاب إليهم لأسمعهم تقريعي المعتاد إلا أني سائلة نفسي: «ما هي يا ترى عواقب سلوكهم هذا؟» فذهبت إليهم بهدوء، وقلت لهم: «لقد كلمتكم بعدم اللعب العنيف وكثرة الضوضاء، إلا إن لعبكم تكرر واستمر، فإما أن تخرجوا للعب في الخارج، أو تخلعوا أحذيتكم وتغيّروا ملابسكم استعداداً لطعام العشاء» وغادرت الغرفة فوراً تاركة لهم الخيار. لقد شعروا أني قد عنيت ما قلت، فإذا بهم يخلعون أحذيتهم ويغيرون ملابسهم، وساد الهدوء بقية الليلة.

لقد أساء استعمال العقاب إلى العلاقة مع ولدي، فقد شعرت بالفتور نحوه، وظنّ هو بدوره أني كنت أعاقبه على أعماله. فعلى الإنسان أن يكون حذراً في كيفية استعمال هذه الطريقة، وخاصة في التعامل مع المراهقين. ومما يساعدني الآن أنني كلما أردت القيام بعمل ما، أسأل نفسي: «هل هذا العمل سيساعد ولدي ليصبح أكثر مسؤولية؟» فإن كان يساعده فعلته، وإلا تركته.

عندما عادتْ إلى البيت متأخرة لثالث ليلة على التوالي، فقد أعطيتُها ثلاثة خيارات. الأول: أن أذهبَ وأسأل عنها في بيوت صديقاتها كلما تأخرتْ، والثاني: أن أقول لصديقاتها إذا أتين لأخذها أنها لن تستطيع الخروج معهن، إلا إذا تأكدتُ من أنها ستعود في الوقت المحدد. والثالث: أن تبقى في البيت فلا تخرج مع صديقاتها لمدة أسبوع. ولأنها شعرتْ بالحرج أمام صديقاتها، فقد قررت أن تبقى في البيت لمدة أسبوع. لقد كنتُ واضحة معها تماماً، وحاولت ألا أكثر من الكلام والنقاش والأخذ والرد، وأظنها عرفتْ أني كنت مصممة على هذا الأمر.

لقد كنا جميعاً نشعر في الصباح بالاضطراب والارتباك ونحن نبحث له عن حذائه المفقود، إلا أننا الآن نتركه ليواجه عواقب عمله واستهتاره، فعليه أن يبحث عن حاجاته بنفسه، ولذلك فهو أقل إهمالاً من السابق.

لقد قلت لها: «إذا قمتِ من سريركِ مرة ثانية هذه الليلة، فعليك أن تعوّضي في الغد عن هذا التأخير بالذهاب إلى النوم في وقت مبكر». وفي الواقع فقد قامتْ من سريرها مرة ثانية، وفي مساء اليوم التالي أخذتْ بالبكاء لتجعلني أغيّر رأيي، إلا أنه لم يكن أمامها إلا الذهاب للنوم مبكرة كما قلت لها. وقد أدركتْ أن الأمر سيتكرر إذا قامت من سريرها مرة ثانية، وهكذا انتهت المشكلة بهذا الشكل.

لقد أعطيتُ سعيد قطعة حلوى من حصّة أخته ليلى، بدل القطعة التي أخذَتْها منه. صحيح أن هذا أزعجها وأبكاها، إلا أنها تعلمتْ درساً جيداً من هذه التجربة.

الجدول السادس
تطبيق عواقب الأعمال

يعطي هذا الجدول فكرة عن تطبيق مبدأ تعويد الولد تحمل نتائج وعواقب أعماله.

هل تستطيع أن ترى كيف يمكن لهذه الأمثلة أن تنطبق على الظروف في أسرتك؟

المشكلة	التصرف المعتاد	استعمال العواقب	الآثار والنتائج
لا ينهض الولد عندما يُنادى عليه في الصباح.	الصراخ وتكرار التذكير والتهديد والإكراه.	نادِ على الولد مرة واحدة، أو أعطه ساعة منبهة، وليتأخر قليلاً عن المدرسة، أو يذهب من غير إفطار إذا دعت الحاجة. وفي العطل اتفق مع الأسرة على وقت الإفطار، ومن يفوته فعليه الانتظار إلى الغداء.	سيبدأ يتحمل مسؤوليته في الصباح.
يكرر الولد نسيان حاجاته.	التذكير والعتاب وربما البحث عن حاجاته.	دع الولد يجرب بنفسه نتائج نسيان الأشياء كطعامه وكتبه.. وإذا كان الأمر مما يؤثر على الأبوين فاتفق معه مسبقاً على عواقب النسيان ونفذ ذلك.	سيبدأ يتحمل مسؤولية تذكير نفسه بنفسه.
عدم ترتيب مظهره وملابسه وشعره.	دوماً يقرر الآباء ماذا يلبس وماذا يشتري وكيف يسرّح شعره.	افسح للولد مجالاً أوسع لإبداء الرأي في أموره، فدعه يجرب البرد أو البلل من المطر بدل الإلحاح الكثير على لبس معطفه. وإذا أردتم الخروج معاً فأكد على حقك في أن يلبس بشكل لائق وإلا فإنه يخسر المشوار.	سيتعلم الاختيار والتقرير بنفسه فيما يتعلق به.

المشكلة	التصرف المعتاد	استعمال العواقب	الآثار والنتائج
لا ينظف أسنانه باستمرار.	التذكير والإكراه والتخجيل.	أعطه الخيار بين تنظيف الأسنان أو فقدان الحلوى.	سيتحمل مسؤولية نظافة أسنانه.
يهمل ما عليه من أعمال منزلية.	التذكير والصراخ والرشوة أو قيام الوالدين بالعمل.	اتفقوا جميعاً على توزيع الأعمال، وعلى نتائج عدم القيام بها. وأفضل النتائج عندما يعاني الأولاد معاً من التقصير (تأخر الغداء إذا لم تنظف الصحون).	يتعلم الولد المساهمة في رعاية أمور المنزل والأسرة.
يتجاهل موعد الذهاب للنوم.	التذكير والجدال والإكراه أو العقاب.	اتفقوا مسبقاً على وقت النوم. وإذا تجاهل الولد ذلك بكِّر وقت النوم ليومين وحاول مجدداً. وأعطِ الصغير منهم الخيار بين الذهاب بنفسه أو أن يُحمل للسرير.	سيتحمل مسؤولية نومه بنفسه، ويتعلم أنه لا بد من التنفيذ.
لا يكتب وظيفته المدرسية.	التهديد والوعيد والمحاضرة، أو كتابة الوظيفة معه.	اهتم بالوظيفة المدرسية، وربما ساعده في كتابتها. اسأله أسئلة حولها، وأعط المساعدة بقدر الحاجة. ودعه يواجه نتائج عمله مع معلمته إذا قرر ألا يكتب.	سيتحمل مسؤولية وظائفه، وينمي علاقته بوالديه.
يأكل الطفل الصغير الرمال.	الحماية والنجدة والتذكير أو الذعر.	أبعد الطفل بهدوء من مكان الرمل لوقت قصير، وإذا كرر سلوكه فكرر نقله وربما لمدة أطول.	سيتعلم اللعب السليم من دون طلب المزيد من الانتباه.

مرحلة المراهقة وبعض خصائصها

طبيعة المراهقة:

يمر الولد في مرحلة المراهقة (١١ ـ ١٨ سنة) بتغيرات تنقله من عالم الطفولة إلى عالم النضج والشباب. وبعد أن تعلمتما كيف تتعاملان مع بعضكما كأب وولد في مرحلة طفولته فإذا بكما الآن في مرحلة تحتاجان إلى تعلم قواعد جديدة للتعامل وأنماط مختلفة للسلوك. وقد يكون هذا من أحد أسباب ما يواجهه بعض الآباء من صعوبات في هذه المرحلة الانتقالية. فكل شيء تقريباً يتغيّر في هذه المرحلة وبشكل سريع ومفاجئ للجميع. فمنذ قليل كنت تتعامل مع طفل صغير فإذا بك الآن أمام شاب ربما أطول قامة منك، ويحب أن يعامل ككبير، ويود أن يَترك عهد الطفولة وراء ظهره. ومعظم الآباء يجد هذه المرحلة مليئة بالصعوبات والقلق، ويشعر أن سلطته أصبحت مهددة في كل حين. والولد الذي كان من مدة قريبة في غاية السعادة أن تُتخذ القرارات نيابة عنه يريد الآن أن يقرر بنفسه ويفعل ما يحلو له. وقد يشعر الأهل وكأنهم أمام إنسان «غريب» لم يعرفوه من قبل بطباعه وانفعالاته ورغباته. وإذا به وكأن البيت لم يعد بيته وإنما مجرد محطة ومعبر لحياته الخاصة بما فيها من ضوضاء وأصوات ونشاط. وقد يصرّح بعض الآباء فيقولون مثلاً:

- «لقد كان لطيفاً ودوداً، والآن أصبح يغضب ويصرخ لأقل سبب».
- «إنه لا يساعدني في شيء هذه الأيام».
- «لقد كانت دوماً مبتسمة، والآن يتقلب مزاجها بين ساعة وأخرى».
- «لقد أصبحت تعاندني وتجادلني في كل أمر هذه الأيام».

وهناك من الآباء ممن لا يعاني في مراهقة أولادهم إلا في بعض

الأمور الخفيفة، وتسير الحياة الأسرية بشكل هادئ ومريح. وهؤلاء الآباء يرون عادة هذا المراهق على أنه إنسان ناضج دخل على حياتهم بما معه من تشوّق ونظرة جديدة للحياة. وينظرون إليه بفخر واعتزاز كيف يحقق توقعات السنوات الأولى من طفولته، ويشع أملاً كبيراً للمستقبل.

هل هؤلاء الآباء مجرد أنهم على درجة كبيرة من الحظ؟ وأن الآباء الذين يواجهون الصعوبات الكثيرة على درجة قليلة من هذا الحظ؟ أم أن هناك أمور أخرى غير الحظوظ؟

إن السر حقيقة يكمن في مدى قدرة الآباء ورغبتهم في تقبل هذه التغيرات والتبدلات السريعة لولدهم المراهق، وكذلك تقبل دورهم المتغيّر في تكيفهم وتعاملهم معه.

إن مدة ٣ ـ ٤ سنوات في حياة الكبير قد لا تعني الكثير، وقد لا يلاحظ الإنسان على نفسه تغيّر يذكر إلا أن هذه المدة في حياة المراهق مدة طويلة ومصيرية يعْبر من خلالها من الطفولة إلى عالم الكبار. وقد تنظر لولدك على أنه ما زال طفلاً فتخاطبه وفق هذه النظرة بينما هو كمراهق أبعد ما يكون عن ذكريات الطفولة. وبينما تكون أنت تخاطبه وتعامله بحسب الماضي يكون هو في محاولة للانسلاخ من هذا الماضي والتطلع إلى المستقبل، وكل اهتمامه هو هذه السنوات القادمة في حياته. ومما يعبّر عن هذا، الممارسات التقليدية لبعض القبائل في جنوب أفريقيا عندما تخرج كامل القبيلة خارج القرية ويبنى لكل شاب في القبيلة كوخاً من قش فإذا بكل من هؤلاء الشباب المراهقين يحرق كوخه ويتركه ويعود إلى القرية مخلفاً وراءه الكوخ المعبر عن أيام طفولته ولا يعود ينظر إلى الوراء دلالة على استعداده للتطلع إلى المستقبل وتحمل مسؤولية عالم الكبار.

لا شك أن كثيراً من خصائص مرحلة المراهقة تعتمد إلى حدّ ما على ما مرّ في السنوات السابقة في حياة الولد. فإذا كانت علاقتك بولدك طيبة وجيدة وإيجابية في سنوات الطفولة فإن التحول من الطفولة إلى النضج سيكون منسجماً وطبيعياً ومريحاً. ولكن بعض الآباء الذين ربما استمتعوا مع ولدهم في مرحلة الطفولة قد يجدون صعوبة كبيرة في تقبل حقيقة أن ولدهم لم يعد الطفل المدلل. وقد يتألمون لتغير طبيعة هذه العلاقة القوية التي تربطهم

«بطفلهم». وبالمقابل، هناك من الآباء الذين وجدوا صعوبة في التعامل مع طفلهم فإنهم قد يجدون قدرة على التخاطب مع مراهقهم، ويجدون راحة في التعامل معه كصديق أو صاحب.

إنه من المفيد أن ننظر إلى المراهقة على أنها مرحلة يكتشف فيها المراهق هويته الذاتية، هذه الهوية المستقلة عن والديه وأفراد أسرته. لقد تعلم في السابق كيف يكون طفلاً وعليه الآن أن يتعلم كيف يكون كبيراً ناضجاً، وأن يتعلم كيف ينظر إلى نفسه بطريقة جديدة تختلف عن أيام الطفولة واللامسؤولية. ولذلك فالكثير من تصرفاته في هذه المرحلة لها طابع التجريب والمحاولة حيث يحاول أن يكتشف الشخص الجديد الذي آل إليه، ويكتشف أيضاً:

- طرقاً جديدة للتعامل مع الآخرين.
- وسائل يؤكد من خلالها استقلاليته.
- كيف يظهر للآخرين وكيف ينظر إليهم.
- أهدافاً وطموحات جديدة في الحياة.
- مشاعر جديدة وربما «إيمان» أو معنىً جديداً في الحياة.

وهو من خلال كل هذا، عنده غير قليل من عدم اليقين فيما إذا كان سينجح كرجل (امرأة) وفيما إذا كان سيكون مقبولاً من قبل زملائه، ومقبولاً من قبل الجنس الآخر..

ولذلك فمرحلة المراهقة تعتبر مرحلة صعبة على المراهق وعلى والديه، ومع ذلك فهي مرحلة مليئة بالفعالية والتشويق، ومما يسهل صعوبات هذه المرحلة أن يكون هناك التفهم الجيد لطبيعة المراهقة وتغيراتها.

النمو الجسمي:

ينمو الجسم بسرعة كبيرة وملحوظة خلال هذه المرحلة من المراهقة حيث يتحول الجسم من جسم طفل إلى جسم رجل (امرأة). فعند الذكر يعرض الكتف ويزداد البناء العضلي، بينما تنمو الأثداء ويعرض الورك عند الأنثى. ويظهر عادة عند الجنسين شعر العانة منذ سن الثانية عشرة، بينما يظهر شعر الوجه عند الذكر في سن السادسة عشرة تقريباً. وتظهر العادة

الشهرية الأولى عند الأنثى في سن الثانية عشرة، بينما يظهر عند الذكر بعد سنة أو سنتين مظاهر تغيّر الصوت كعلامة على البلوغ.

والشيء المميز لهذا النمو أنه يسير بسرعة كبيرة كما ذكرنا فيزداد الطول وتنمو الأيدي والأرجل إلى درجة يبدو فيها المراهق وكأنه أخرق ضعيف القدرة على ضبط حركات يديه ورجليه حيث إنه لم يعتد بعد على طولهم الزائد فإذا به يصطدم بالأثاث أو يوقع الأشياء من يده، ويستمر هذا حتى يتكيف مع نموه هذا.

ومن خصائص هذا النمو أن يأخذ الوجه الملامح الدائمة حيث ينقلب الوجه الطفلي «الناعم» إلى الوجه الناضج للرجل أو المرأة. وقد يحدث هذا التغيّر إزعاجاً لصاحبه حيث لم يألف بعد على هذا الوجه الجديد، وخاصة أن هذا التغيّر قد يكون في المرحلة الأولى غير متجانس تماماً بين تقاطيع الوجه كالفك والجبهة والأنف والأذنين..

وبشكل عام تنضج البنت في وقت مبكر بالنسبة إلى الصبي، ولذلك فقد تكون بعض الفتيات أطول من الفتيان لعدة أشهر. ومع سن الستة عشرة تكون البنت كاملة النضج بينما يكون نمو الفتى في هذه المرحلة قد تباطأ قليلاً إلا أنه يتابع نموه ويزداد طولاً حتى سن الثامنة عشرة وما بعدها.

ومن المفيد أن نلاحظ أن هناك فروقاً واضحة بين الأولاد في سرعة النمو والنضج خلال هذه المرحلة، فبعض الأولاد قد يتأخر نموهم بشكل ملحوظ مقارنة مع بقية زملائهم في المدرسة. والغالب أنه لا يوجد هناك ما يقلق في هذا الأمر سوى الشعور الذاتي للولد الذي لم ينضج بعدُ كبقية زملائه. وكل ما في الأمر أن هذا الولد ينمو حسب سرعته الخاصة بجسمه وتكوينه. ويمكن للأبوين في حالات النمو الشديد البطء مراجعة طبيب الأسرة أو طبيب الأطفال والذي في الغالب قد لا ينصح إلا ببعض الصبر والانتظار. وإذا كان هناك ما يقلق فيمكن للطبيب أن يقوم ببعض الفحوصات والتحليلات المخبرية محاولاً اكتشاف سبب قابل للعلاج.

الكلام مع المراهق:

والآن وقد أصبح ولدك مراهقاً فإن قدرته على التفكير أصبحت تقارب

مستوى الكبار الناضجين. فذكاء الإنسان يصل لغاية نموه مع سن السادسة عشرة وإن كان ما زال أمامه الكثير من التعلم. وفي هذه المرحلة يستطيع الشاب أن يفكر بشكل واضح في المعاني المجرّدة كمثال «الحرية» و«الأمن» و«العدل» و«الحب»...

وفي هذه المرحلة قد يصبح المراهق وبشكل فجائي إنساناً مثالياً، ولذلك نجده منتقداً لمن هو أكبر منه، منتقداً للأوضاع من حوله وفي العالم بشكل عام. وإذا أضفنا إلى ذلك رغبته في الحصول على استقلاليته وتكوين هويته الذاتية فعندها يمكن أن نفهم لماذا يصبح متمرداً على الأعراف والقيم والتقاليد من حوله. وبالنسبة إليه فالأمور في «غاية الوضوح» في هذه المرحلة من تطوره حيث يدّعي ببساطة أنه يفهم ماذا يجري من حوله، وكيف صارت الأمور كما هي عليه، وما هو الخطأ الذي حدث، وكيف يمكن أن تصحح الأوضاع. وقد يشعر أن بمقدوره تغيير العالم، ولذلك فقد يصبح قليل الصبر مع من هو أكبر منه، ويريد أن تصحح الأمور وتعدّل «الآن» ودون تأخير!

ولا شك أنه من الصعب العيش مع مثل هذه الحالة من «المثالية» أو مع الحالة المناقضة والتي ينقلب إليها بعض المراهقين وهي حالة السخرية والاستهزاء. فهو يسخر من كل ما حوله، من القيم والأعراف والنظام السياسي والاجتماعي، وربما من كل ما كان عزيزاً عليه في طفولته، وقد يصل الأمر لنقطة لا يعود «يؤمن» معها بقيمة، ولا يبالي بشيء، ويسخر من أفكار والديه وإخوته وجميع الأسرة.

ومما يزيد المشكلة تعقيداً أنه رغم قدرة المراهق على التفكير في القضايا المجردة إلا أنه ما يزال بعيداً عن النضج العاطفي والانفعالي. ولذلك فرغم قدرته على انتقاد الآخرين إلا أنه ما يزال ضعيف القدرة على ضبط سلوكه الخاص، ولذلك فهو لا يقوم بما يدعو الناس إليه. وغالب الآباء ربما لا يملكون في هذه الحالة إلا أن يشيروا إليه أنه «يقول ما لا يفعل» وهذا مما يزيد في تعقيد الأمور.

ويفيد أن نذكر أن المراهق يشعر بالحاجة لتحدّي سلطتك فيبحث عن فرصة للتعبير عن أفكاره وآرائه وقدراته الذكائية، ولذلك فقد تجده يجادلك لمجرد المجادلة ولمجرد التعبير عن موقفه المخالف لموقفك. وإذا ترددت

والتجأت إلى سلطتك الوالدية «لا تقل هذا فأنا والدك» فهذا يعطيه انطباعاً أنه قد فاز في الجدال وأن أفكاره على صواب.

ومن ملاحظة مدارس المراهقين فإننا نجد نوعية من المدرسين ممن ينسجم مع طلابه بحيث نجد الطلبة يحترمونه ويرتاحون لقضاء الوقت معه، ويستمتعون بالاستماع له والحوار معه. بينما نجد نوعية أخرى من المدرسين ممن هو دائم الخلاف مع طلابه، فيقع في مشكلة عقب مشكلة، وقد لا يلاقي احترام طلبته، بل قد يصبح محط سخريتهم واستهزائهم. ومن الواضح أن المراهقين يدركون عجزه عن ضبطهم والتعامل والتخاطب معهم، وأنه لا يفهمهم كما يريدون.

ويبدو أن الفارق بين المدرس الناجح وغير الناجح يكمن في مدى فهمه لطبيعة المراهق والتغيرات المرافقة لها، وخاصة عندما ندرك ما ذكرناه من قبل أن بعض أعمال المراهق إنما هي محاولة منه لتجريب واختبار طرائق للسلوك والتصرف. فهو يجرّب أبعاد هويته الذاتية ككبير ناضج، ويجرّب طبيعة علاقاته الجديدة مع الآخرين، ويختبر طبيعة أفكاره وطرق التأثير بالآخرين. فالمدرس الناجح يدرك كل هذا فيتعامل معه بحكمة وموضوعية، ويستمتع بهذا المستوى من التعامل. وهو يسرّ لرؤية المراهقين يتحولون إلى كبار ناضجين في الحياة، وهو يقضي وقتاً مسلياً معهم، ويرتاح ويحترم مثاليتهم، ويتفهم سخريتهم واستهزائهم أحياناً من بعض الأمور والمواضيع، ويعلم أن هذه المواصفات لا بد منها وأنها مؤقتة في نمو المراهق. وهو يعلم كذلك كيف يكون حازماً عندما يتطلب الأمر منه هذا الحزم إلا أنه مستعد في ذات الوقت أن يستمع لطلبته، ومستعد أيضاً للدخول في حوار وأخذ وردّ، وأن يحرز بعض النقاط في هذا الحوار، وأن يصمم على رأيه إذا اعتقد أنه على حق، وأن يتراجع عنه إذا اعتقد خطأ رأيه. إنه يدرك دوره في أنه يهدف إلى تشجيع طلبته على التفكير وإبداء الرأي، وهو يريدهم أن يفكروا في الحياة وفي مصيرهم، وأن يكوّنوا أفكارهم الخاصة بهم ولا يكتفوا بما يلقى عليهم من أفكار ومبادئ مسبقة الصنع من عالم الكبار. إنه يريد أن يربطهم بالأفكار وليس بمجرّد الأشخاص.

وهذا المدرس الناضج يعلم أنه إن استمع لطلبته المراهقين فإنهم

سيستمعون إليه، وأن الاحترام يولّد الاحترام المتبادل. وهو يسعى ليشعرهم أن من حقهم أن يُستمع إليهم وبذلك يتعلمون أن من حقه أيضاً أن يُستمع إليه.

وكذلك الحال بالنسبة للآباء لأن من الأمور الطبيعية أن يكون هناك ضعف في التفاهم بين الجيلين. والملاحظ أن هذا الضعف ليس مردّه الفروق بالآراء عن الحياة بشكل عام، وإنما تكمن المشكلة في عدم وجود الاحترام المطلوب لآراء ووجهات نظر الطرفين، إلى حدّ أن كل طرف لا يستمع أصلاً لرأي الطرف الآخر. فبعد أن يتلفظ كل فريق ببعض الكلمات يبدأ الخلاف وربما ارتفاع الصوت. ونجد كل طرف يدافع عن وجهة نظره، والتي ربما لم يكن متشدداً في التمسك بها في البداية إلا أن طبيعة الجدل تدفعه لمزيد من التمسك بها والدفاع عنها «حتى الموت»! ويصعب على كل من الطرفين في هذه الحالة أن يعطي الآخر حق الكلام وحرية الرأي لأنه يعتبر هذا مذلة واستسلاماً. وقد يستمر الخلاف والجدل لعدة أيام يتخللها ربما بعض الفترات القصيرة من «الهدنة» التي تنتهي سريعاً بمزيد من الجدال والمشادّةِ الكلامية والتي تزيد من توتر الموقف بينهما.

وعندما يحدث مثل هذا الأمر بين الآباء والمراهق فيفيد أن يفكر الآباء بسلوكهم وتصرفاتهم، هل هم في حاجة إلى مثل هذا «الانتصار» على ولدهم المراهق في جدال لا يستحق كل هذا الخلاف، وخاصة أنه من الواضح أن هذا المراهق ما زال يفتقر إلى الكثير من الخبرة والتجربة لكي يستطيع أن يفهم وجهة نظر والديه. إن الخطاب مع المراهق سيأخذ طبيعة أخرى مختلفة عندما تبدأ بالحديث بشكل آخر مختلف كأن تقول له مثلاً:

- «نعم، وجهة نظرك جيدة، إلا أني أرى الأمر كالتالي..».
- «يبدو أن علينا أن نتفق على أن آراءنا مختلفة في هذه النقطة».
- «لا بأس أن يكون لكل منا رأيه في الموضوع».
- «إنني لا أرى الأمر كما تراه أنت، إلا أن هذا من حقك لا شك..».

وستلاحظ خلال وقت قصير من استعمال هذا الأسلوب من الخطاب أن المراهق بدأ وبسرعة يستعمل نفس العبارات والأساليب، وعندها سيستطيع أن يستوعب أن لوالديه أيضاً الحق في رأيهما الخاص، وأن عملية الحوار هذه مفيدة جداً في إقرار وجهة نظر الإنسان ومفيدة في الوصول إلى وضوح

الفكرة، وأن عملية الحوار هذه أهم من مجرد إقناع الخصم بوجهة نظرك. وسيتعلم كذلك أنه لا حرج في أن يختلف الناس في وجهات النظر، فإنما هم بشر، وهذا لا يعني أن الإنسان قد «خسر» أو «تراجع» عن رأيه ووجهة نظره، فالبشر أفراد ولكل طريقته الخاصة في رؤية العالم والحياة.

ومن خلال إدارة الحوار مع مراهقك بهذا الشكل فإنك تساعده على تعلم كيفية التعامل مع الآخرين من دون حاجة إلى التهجم عليهم أو من دون أن يشعر هو بالغضب والاستياء. وهذا الأمر سيفيده طوال حياته، وسيتعلم أنه ليس الإنسان الوحيد الذي يحمل أفكاراً وآراء ومواقف.

الانفعالات العاطفية والمزاجية عند المراهق:

تفسّر التبدلات الهرمونية في جسم المراهق الكثير مما نشاهد عنده من النوبات الانفعالية والعاطفية التي تمرّ بالمراهق. **ويمتاز هذا المراهق بأنه مرهف الإحساس وعميق التأثر بالمشاعر رغم أنه يحاول أن يخفي هذه المشاعر أحياناً وراء قناع ضبط الأعصاب و«الرجولة» بالنسبة للشاب.** ولكن قد ينفجر مزاج هذا الشاب وحتى لسبب نراه تافه لا يبرر شدة هذا الانفجار. فالمراهق عادة قوي المشاعر فإذا كره فكرهه شديد، وإذا أحبّ فحبه كذلك، ونفس الأمر بالنسبة إلى المشاعر الأخرى كخيبة الأمل والحرج.. وكأنه لا يعرف الاعتدال في مشاعره وعواطفه. وإذا حاولت أن تشدد على المراهق ليضبط نفسه وانفعالاته فقد يزداد الأمر شدة وسوءاً. ومع شدة الانفعال هذا وحدوثه المفاجئ سيشعر المراهق بأنك لا تتفهمه وبأنك تزيد من انزعاجه وانفعاله عندما تطالبه بضبط نفسه.

وتخف عادة هذه الثورات الانفعالية مع النصف الثاني من العقد الثاني حيث تهدأ التبدلات الهرمونية. وإذا شعر المراهق بأننا نتفهم شدة انفعاله وحتى ونحن نحاول أن نتحلى بالحزم معه فإن هذا مما سيجعل هذه المرحلة تمرّ دون أن تترك جروحاً وآلاماً عند الطرفين، وسنلاحظ زيادة قوة العلاقة التي تربط المراهق بأبويه، وسيشعر المراهق بأن والديه يقفان معه وبالتالي سيزداد احتراماً لهما. بينما إذا نظرنا إلى انفعالاته على أنها محاولات مقصودة منه لإزعاجنا والإساءة إلينا، فإن هذا سيجعل الكلام بين الطرفين في وقت الانفعال والغضب يترك آثاره السلبية على العلاقة بين الجميع.

قلق المراهق على مظهره:

إننا نحن الكبار قد نضحك أحياناً عندما نذكر كيف كنّا نقلق في صغرنا على مظهرنا وشكلنا أمام الناس، ولكن بالنسبة للمراهق فإن الأمر في غاية الجد والأهمية وليس مجالاً للضحك أو المزاح. فهو مهتم ومشغول البال بمظهره وشكله أمام الآخرين. ولهذا المظهر أثر كبير على الهوية الذاتية لهذا المراهق. فعندما ينظر إلى نفسه في المرآة بشكل يومي فإنه يرى هذه التبدلات والتغيرات في شكل وجهه وجسمه ككل وهو يتحول من طفل إلى كبير ناضج. وقد يصبح شديد الانشغال بما يرى في المرآة وطبيعة الصورة التي يراها الناس. إن الطفل الصغير قد يقلق أحياناً على مظهره إلا أنه من السهولة تطمينه على الأمر بأنه سيتغيّر عندما يكبر، إلا أن المراهق وقد كبر فسيصعب تطمينه لأن شكله الجديد هو الشكل الدائم لوجهه وجسده، ولذلك إذا لم يعجب أو يشعر بالرضا عن هذا المظهر فإنها الطامة الكبرى في حياته ومشاعره. ففي مثل هذه الحالات **حاول أن تتقبل أن الشاب قلق وحسّاس لمظهره، ولا تضحك منه طبعاً أو تهزأ به، وإنما خذ قلقه وانشغاله بجد،** ولا تحاول أن تكرر عليه أنه لا أساس لقلقه ولا مبرر له، وإلا فإنه لن يستخلص إلا نتيجة واحدة هي أنك لا تتفهمه ولا تشعر بمشاعره، وأنك لا تعرف شيئاً عن الشباب وحياتهم. أشر إليه أن من خصائص المراهقة هذه التبدلات الجسمية السريعة والتي تحدث من شهر لآخر، وأحياناً من أسبوع لآخر، ولذلك فقد لا يكون المظهر منسجماً ومتجانساً تماماً لفترة قصيرة، وأشر إليه أيضاً أن ما يلاحظه هو من تبدل وتغير كلما نظر في المرآة قد يصعب على الناس ملاحظته.

وساعد المراهق على تفهم أن الإنسان الذي يقلق ويخجل من مظهره، والذي يحاول جاهداً إخفاء هذا المظهر فإنه يجذب بذلك انتباه الآخرين إلى ما يريد إخفاءه. فالشاب الذي عنده حبوب الوجه (حَبّ الشباب) قد يصبح يتجنب النظر إلى وجه الناس من حوله، والفتاة التي تشعر أن أحد خدّيها أكبر من الآخر تصبح تتكلم ويدها دوماً على خدها، والشاب الذي عنده ما يعيب من جانب وجهه يصبح يقابل الناس دوماً بالجانب الآخر.. إن هذه الطرق من التكيف تسبب فشل صاحبها مع أنه يظن أنها مفيدة وفعالة.

وإذا لجأ مراهقك لإحدى هذه الطرق فكن حذراً من كيفية الإشارة إليه إلى أنها طريقة غير مفيدة. إنك إن أخبرته بشكل مباشر أنه «سخيف» بفعله هذا فالغالب أن ينفجر بالغضب والانفعال، وبالإضافة إلى قلقه وما يشعر به من عيب المظهر فأنت تهزأ به مما يزيد في ضعف الثقة بنفسه. إنه قد يبحث عمن يسقط عليه غضبه ولومه ومشاعره السلبية بسبب هذا «العيب» وها أنت تنصب نفسك لتكون هذه الضحية لهجماته وانتقاده.

وغالب شكوى المراهق عن مظاهر جسمه تتعلق عادة بأن أجزاء من جسمه إما صغيرة أو كبيرة وخاصة ملامح الوجه ومظاهر النمو الخاصة بجنسه كالثديين والعضلات والأعضاء التناسلية، وكذلك ظهور بعض شعر الوجه عند الفتيات وحبوب الوجه.

وبشكل عام فإن الشاب الذي عنده بعض الثقة بنفسه في الأمور العامة في حياته فالغالب أن لا يقلق كثيراً من هذه المظاهر، ومهما كانت درجة قلقه فيبقى من المفيد له أن يتحدث مع والديه بما يشغله.

ويمكنك أن تطمئن ولدك بسهولة حول بعض الشكاوى وذلك بالإشارة إلى الناحية الطبية الصحية في الأمر. فمثلاً صغر الثديين لا يدل على ضعف القدرة على الإنجاب أو الإرضاع، أو ضعف القدرة على التمتع بحياة زوجية ناجحة.

وبالنسبة لحبوب الوجه (حبّ الشباب)، وهي لا شك من الأمور المزعجة للمراهق وخاصة أنها قد تحدث في مرحلة من حياته هو أكثر تحسساً لمظهره أمام الآخرين. وفي هذه الأيام هناك معالجات طبية متنوعة ومتعددة، ولكن ينصح أيضاً بتجنّب بعض الأطعمة المثيرة لحبّ الشباب كالدهون، وكذلك بتجنّب القلق والتوتر النفسي، وبالتعرض للهواء المنعش النظيف. والأمر الأساسي أن حبّ الشباب يحدث بسبب التبدلات الهرمونية في مرحلة المراهقة، وهذا سيهدأ عادة بعد استقرار هذه الحالة الهرمونية.

ولا بد من أن يوجّه المراهق للعناية بنظافته وطهارته وحسن رائحته، وخاصة أن الإنسان قد لا يشعر أحياناً برائحة تصدر من جسده بينما يستطيع أن يشم رائحة الآخرين.

ولا شك أن المراهق كلما تحسنت نظرته إلى نفسه ومظهره كلما

تحسنت نظرته إلى الحياة بشكل عام. ولذلك حاول قدر الإمكان مساعدته على قبول وتقدير نفسه ومظهره وشكله. أشر عليه كيف أن كل إنسان مهما كانت ثقته بنفسه كبيرة فإنه قد يقلق على مظهره وخاصة المراهق، وأن معظم الناس لديهم في مظهرهم وجسمهم ما لا يرتاحون له تماماً. ولكن ذكّره أيضاً بحقيقة وهي أن ما نلاحظه ونراه عن أنفسنا قد لا يلاحظه الآخرون، وأن هناك جوانب أخرى جوهرية للإنسان غير المظهر والشكل.

الخجل الشديد:

ولا نقصد بالخجل مجرد الحياء وهو خصلة حميدة في الإنسان، وإنما نقصد الخجل والارتباك الشديد والذي يبدو عند المراهق من خلال عدد من المظاهر، منها انعدام وجود أصدقاء مقربين له، أو الميل إلى الانطواء والعزلة بدل مخالطة الناس، أو الاهتمام المفرط غير الطبيعي بضرورة الدراسة والعمل المدرسي، وكذلك الاعتذار المبالغ فيه لتجنب الاحتكاك بمن هو في مثل عمره، أو تجنب النظر في وجوه الآخرين، أو ضعف القدرة على التحدث أو الدفاع عن نفسه أمام الناس وحتى من يعرفهم. وهناك بالطبع مظاهر أخرى غير هذه.

يميل معظم المراهقين بطبعهم إلى بعض الخجل بسبب أنهم قد لا يعرفون بعد طبيعة الشخص الناضج الذي سيؤولون إليه. والغالبية منهم تنمو وتتجاوز هذا الأمر من خلال الوقت والدخول في عالم الكبار، إلا إذا كان الخجل شديداً فقد يستمر معه. ومن أسباب استمرار الخجل أن المراهق في أمسّ الحاجة في هذه المرحلة من حياته إلى الاحتكاك بالناس وخوض التجارب معهم إلا أنه وبسبب خجله هذا يمتنع عن كل هذا فلا يعود يتعرف على طبيعة شخصيته وأفكاره لأنه لم يعبر عنها ويبوح بها للناس. وهذا ما يضاعف خجله ويطيل أمد هذا الخجل.

وقد يأخذ هذا الخجل عند المراهق مظهر اللامبالاة وعدم الاهتمام بالآخرين، أو حتى العدوانية تجاههم. فتجده مثلاً يغضب وينفعل مع كل من يكلمه. وقد يكون هذا بسبب عدم شعوره بالأمن والاستقرار، ويرى العالم من حوله مخيفاً وخطراً، ولذلك يفضل الانسحاب والانطواء على نفسه. وهكذا قد لا تدل مظاهر الأمور عند المراهق على حقيقتها، فالعدوانية قد

تخفي ورائها الخوف وعدم الأمن، وعدم الصبر مع الناس ومظاهر استغنائه عنهم قد يخفي حاجته الشديدة إليهم. ولذلك فعليك ألا تأخذ هذه المظاهر على حالها. وهذا لا يعني أن تنبري لتواجهه بسرعة بأنك «تعلم عنه وعن حقيقة دوافعه أكثر مما يعلم هو عن نفسه»، وهو في هذه الحالة سينكر عليك ما تقول فقد لا يعرف هو أيضاً حقيقة دوافعه ومشاعره. ولكن حاول فقط أن تلاحظ عدم استرخائه وارتياحه عندما يكون مع الآخرين. وحاول إن استطعت أن تشجعه على الاحتكاك بالآخرين. ولنذكر أن كثيراً من المراهقين يحرص جداً على إخفاء قلقه واضطرابه وحتى عن نفسه، ولذلك يجد صعوبة في التخاطب معك أو مع الآخرين، فحاول أن يكون دورك غير مباشر.

وليس من السهل أن تخرج المراهق من خجله وانطوائه، ومهما كان الأمر فتجنّب دفعه للقيام بأمور لا يريدها أو لا يرتاح لها. فإن هذا سيزيده انطواءً وانسحاباً وسلبية. وتجنب أن تشعره بأن فيه ما يعيب، أو أن فيه خللاً، أو أنه يعوزه أمر ما. فإن هذا سيزيد في تردده وعدم استقراره وضعف ثقته بنفسه. وبالمقابل حاول أن تشعره بأنك تثق به وبإمكاناته وقدراته. وفكر في وسائل تساعده على إقامة الصداقات مع الآخرين. وحاول أن تجعله يدرك أنه إنسان قادر على تحقيق التقدم والإنجاز شيئاً بعد شيء. **وأعطه المسؤولية والحرية ليتخذ ما يتعلق به من قرارات، واستشره وخذ رأيه في الأمور، ولكن لا تتوقع طبعاً نمواً وتحولاً في يوم أو ليلة!**

احمرار الوجه خجلاً:

مما قد يتعرض له المراهق احمرار الوجه بشكل لا إرادي في بعض المواقف المخجلة. وقد تكون هذه المشكلة من الشدة عند بعضهم بحيث تؤثر تأثيراً كبيراً على سلوكه الاجتماعي. وما زلنا نجهل بدقة الوظيفة الأساسية التي تقوم بها حمرة الوجه هذه عندما تندفع كمية كبيرة من الدم إلى الأجزاء المكشوفة من الجسم وخاصة الوجه والرقبة. ويعتقد أن لها علاقة بالتبدلات الفيزيولوجية للجسم في حالة التهيؤ لردّ الاعتداء والدفاع عن النفس.

ويمكن مساعدة المراهق على هذه المشكلة عن طريق أن تشرح له أنه كلما حاول جاهداً السيطرة على هذه الظاهرة كلما ازدادت سوء. والأفضل أن يحاول تجاهلها وعدم الاهتمام بها. ومما يعينه على تجاهلها أن يقوم

بتدريب خاص يحاول فيه أن يتعمد إحداث حمرة الوجه هذه التي يريد التخلص منها. فيبدأ بهذا وهو بمفرده أولاً، ومن ثم يكرر هذا في عدة مواقف أخرى أمام الناس. ومن خلال الوقت سيعتاد جسمه على هذا فيقل حدوث هذا الاحمرار في المواقف الاجتماعية المختلفة. ورغم تأثير هذه الطريقة إلا أنها تأخذ بعض الوقت من الممارسة والتدريب. ومما ينصح به البعض أحياناً أن يحاول الشاب الاسترخاء عند شعوره بالاحمرار، وكذلك أن يمتنع عن القيام بالأعمال المصاحبة عادة للاحمرار كتجنب النظر في وجه الآخرين. وبشكل عام كلما كان تصرفه طبيعياً كلما قلّ تأثير هذا الاحمرار عليه وعلى الآخرين.

التردد وضعف الثقة بالنفس:

وهي ظاهرة لها علاقة بما ذكرناه في موضوع الخجل حيث يشتكي الآباء من أن ولدهم لا يقدر على الدفاع عن نفسه، أو أن من السهولة أن يؤثر فيه الآخرون ويسيطرون عليه، أو أنه كثير التردد عندما يريد اتخاذ قرار ولو كان في أمر صغير.

ومما يلعب دوراً هاماً في هذه الظاهرة طبيعة مزاج المراهق. والغالب أن يذكر الأهل أن ولدهم لم يمرّ في السنة الثالثة من تطوره بالمرحلة السلبية التي ذكرناها في مكان آخر من الكتاب حيث يصبح الولد عنيداً يرفض رغبات والديه، وذلك في المرحلة التي يبدأ فيها الشعور باستقلاليته. ومن هذا المثال نرى أيضاً كيف أن الصفات التي نعتبرها مشكلة في السنوات الأولى كأن يقول «لا» لأبويه، هي نفسها الصفات التي نقدرها ونتمنى وجودها في المراهق الشاب، وهي هنا الحزم وعدم التردد. والعكس صحيح أيضاً، فالطفل الذي يطيع أبواه دوماً ولا يعترض عليهما أبداً هي نفسها صفة التردد وضعف الثقة عند المراهق.

ولا شك أن المزاج ليس هو كل ما في الأمر. فالإصرار والحزم والثقة بالنفس تتأتى أيضاً من الاعتقاد الداخلي للإنسان من أنه على حق، وأن من حقه أن يملك أفكاره ومبادئه ومعتقداته وكل ما هو هام بالنسبة له.

وتتم معالجة الأمر أولاً وقبل كل شيء بمساعدة المراهق على أن يأذن لنفسه بأن يكون حازماً واثقاً من نفسه. فالتردد وانعدام الثقة قد يكون بسبب ضعف احترامه وتقديره لذاته، أو بسبب فكرة يحملها في نفسه من أنه من

المعيب أو المحظور أو الخطأ أن يكون للإنسان كلمته وموقفه ورأيه. ولذلك فعلى الشاب أن يشعر أولاً أن من حقه أن يكون حازماً واثقاً من نفسه لأنه قد يكون ممن لا يظن بهذا الحق فتراه يشعر بالخوف والارتباك عندما يحاول مخالفة هذا الظن، معتقداً أن الناس سيغضبون منه لأنه يحاول الدفاع عن نفسه، ويعبّر عن رأيه وموقفه. وقد يصل إلى حدّ يلوم فيه نفسه على هذه «الجرأة»!

علّم ولدك كيف يخاطب نفسه قائلاً لها: «إن من حقي أن أكون حازماً وأن أدافع عن نفسي». ولهذا الخطاب مع النفس تأثير قوي على نفس الولد من خلال الإيحاء والاقتراح. وإذا كرّر هذه العبارة على نفسه عدة مرات في اليوم فإن معناها سيترشح ويدخل إلى لاشعوره شيئاً فشيئاً. ويمكنك إذا كان ضعف الثقة بالنفس شديداً أن تقول له أنت بأنّك تأذن له بالدفاع عن نفسه وبأن يكون حازماً. وإن كان الأولى أن يتولى هو هذه المسؤولية ويسمح لنفسه بهذا الحزم والثقة.

وبعد أن يستقر في نفسه أنه يستطيع أن يكون حازماً يمكنك أن تعلمه كيف يتخيل المواقف التي تستدعي أن يكون فيها واثق النفس وغير متردد. وأن يتخيل أيضاً ماذا يمكن أن يقول أو يفعل في هذه المواقف المحرجة. وإذا كنت تستطيع أن تقوم معه بتمثيل هذه المواقف فهذا أفضل. ومثال ذلك أن تقوم أنت بدور صاحب المحل التجاري، ويأتي ولدك إليك يطلب إرجاع بضاعة اشتراها منك ثم وجد فيها عيباً أو خللاً. فهذا التمثيل يشجع الولد ويدربه على كيفية المطالبة بحقّه والدفاع عن نفسه وعن مصالحه. وكل ما ذكرناه من الإيحاء والاقتراح وتخيّل المواقف وتمثيل الأدوار تعتبر وسائل مفيدة جداً في مساعدة الناس على تغيير ما لا يريدون من السلوك والأعمال.

وبعد ذلك علّمه أن يسمح لنفسه بأمور أخرى في الحياة. **ومن هذه الأمور التي قد يجد فيها المراهق صعوبة هي التعبير عن عواطفه ومشاعره.** فساعده ليأذن لنفسه بالشعور بالغضب مثلاً إذا دعت الحاجة، أو بالبكاء أو الضحك أو الاستمتاع والبهجة في الحياة.

ومع أن وجود الجو الأسري المتقبل لمشاعر الولد وعواطفه في السنوات الأولى سيساعده في شبابه، يبقى معظم الأولاد في حاجة إلى

العون ليحرروا أنفسهم من بعض الكبت المبالغ فيه الذي تضعه الأسرة والمدرسة والمجتمع.

المراهق غير المتعاون:

عندما يُطلب منا نحن الكبار أن نقوم بأمر لا نرغب فيه كثيراً فإننا نحاول القيام به بشكل أو بآخر قدر الإمكان. وقد يصعب علينا فهم عدم قدرة المراهق على القيام بعمل بسيط نطلبه منه أحياناً. فنجده مثلاً يخلق مشكلة كبيرة من أجل عدم القيام بعمل صغير. وصحيح أن العمل قد يكون من الناحية العضلية بسيطاً إلا أن صعوبة المراهق هي في الناحية الانفعالية والعاطفية للقيام بهذا العمل. والغالب أن المراهق لا يريد أن يكون عنيداً يرفض طلبات والديه، إلا أن هناك أمراً عاطفياً يقيده ويمنعه عن سرعة المبادرة. فمثل هذه المواقف كثيرة في حياة المراهق الذي هو نفسه يستغربها عندما يكبر، ويتعجب كيف كان يتردد ويتباطأ في الاستجابة. والغالب أن يحاول الآباء كثيراً مع المراهق ليقوم بما هو مطلوب منه. فنجد أحدهم يقول مثلاً:

«لقد غضبت غضباً شديداً منه لأنه لم يفعل هذا الأمر البسيط الذي طلبته منه».

«إنني لم أطلب منه القيام بعمل كبير، إنه حقيقة عمل بسيط».

«إنني أطلب منه ألف مرة وهو لا يسمع».

وتنشأ المشكلة الحقيقية عندما يشتبك كل من المراهق ووالديه فيأخذ كل طرف بالتشدد في موقفه من الأمر، وهذا مما يطيل مدة هذه المشكلة. فالوالد مثلاً لا يريد التراجع عن طلبه لأنه يشعر أنه لم يطلب إلا أمراً بسيطاً ممكناً ومعقولاً، وهو لا يريد أن يفقد سلطته الأبوية واحترامه. وفي ذات الوقت لا يستطيع المراهق التخلي عن موقفه لما تتصف به شخصيته في هذه المرحلة من تطوره ونموه. فهو في هذه المرحلة يشبه حالة الولد الصغير في سن الثالثة عندما يبدأ يشعر باستقلال شخصيته عن عالم الكبار، فإذا به يحاول أن يؤكد استقلاليته عنهم وحريته في اتخاذ القرار لنفسه. وكذلك المراهق فإنه على طريق الوصول لنضج الكبار الراشدين، وهو بحاجة إلى الشعور باستقلاليته وحريته في صنع القرار، وهذه الحاجة فطرية في تكوينه.

فالموضوع إذاً ليس أنه عاجز عن القيام بهذا العمل، وإنما لا يرتاح

لفكرة أن عليه القيام بالعمل الذي يُطلب منه من دون أن يكون له رأي في الأمر. بالإضافة إلى أنه ينزعج من الشعور بالذنب الذي أشعره به أبوه وهو يحاول أن يؤكد استقلاله وحقه في اتخاذ القرار. ولا شك أن المراهق يشعر بالذنب لأنه يريد في ذات الوقت أن يرضي الآخرين وخاصة والديه، إلا أنه يشعر هنا بالغضب والإحباط مع نفسه لأنه لم يحقق لوالده ما طلبه منه. ولكن لا تذهب هذه المشاعر بما في أعماقه من الحاجة للاستقلال ولذلك يصبح عنيداً متصلباً في مواقفه. إنه مشوَّش لا يعرف تماماً فيما إذا كان من حقه أن يقول «نعم» أو «لا». ويزداد تشوشه أكثر عندما يدرك أن والده لا يفهم مشاعره وأحاسيسه. ومع ازدياد الجدل والخصام يزداد الأمر سوءاً.

حاول أن تؤكد لولدك المراهق أن من حقه أن يكون مستقلاً، وأن من حقه كذلك أن يختار ويقرر، وستلاحظ ذهاب بعض العناد والممانعة عنده. إننا عندما نعرف أننا أحراراً فعندها لا نحتاج للصراع من أجل الحصول على حريتنا. وتذكر أن علاقاتك مع ولدك المراهق تنمو وتتطور لتصبح علاقة فيها الكثير من التكافؤ. فأنت بالنسبة له شريك بدل أن تكون سلطوياً متحكماً بالأمر. إنك إن استطعت أن تتعامل بحكمة مع هذه المتغيرات في علاقتك بولدك فستستطيع تجنب الكثير من المشكلات والصعوبات. إن أفضل طريقة للاحتفاظ بولدك هي بأن تسمح له بالانطلاق، بينما إذا حاولت أن تزيد من الإحكام والربط فما هو إلا وقت قصير ويبتعد عنك في أول فرصة تسنح له. إذا سمحت له باستخدام حقه في التصرف ككبير راشد فسيبقى يشعر بالجو الإيجابي داخل الأسرة والمنزل. إنك بسماحك له وبالتدرج بمزيد من الحرية فستحتفظ لنفسك بدور هام وحيوي في حياته، وسيشعر على الدوام بحاجته إليك.

إنه يريدك في حياته كمصدر للأمن والتشجيع، ولكنه لا يريدك قابعاً على رأسه طوال الوقت.

إنه يريد نصائحك وإرشاداتك، ولكنه لا يريد أن تجبره على القيام بالأمور.

إنه يريد حبك واهتمامك، ولكنه لا يريد أن تعامله كطفل صغير.

إنه يريد منك أن تنظر إليه كإنسان قارب على النضج والرشد، لا أنه مجرد طفل كبير القياس!

إنه يريد أن يعرف أفكارك وملاحظاتك، ولكن هذا لا يعني أن عليه أن يوافقك دوماً على كل هذه الأفكار.

وملاحظة أخرى وهي أن لا تجعله يشعر أن حياتك متوقفة عليه. إنه لا شك يحب أن يشعر أنك تثق به، إلا أنه ليس من العدل والموضوعية أن تجعله يشعر أنه المسؤول عنك. وغالباً ما يحصل هذا الأمر عند انفصال الأبوين بسبب وفاة أو غيرها. فعندها قد يلجأ الوالد الذي يعيش معه ـ وربما كتعويض عن فقدان الزوج الآخر ـ إلى إشعار الولد بأنه لا يستطيع أبداً مغادرة والده (والدته) وأن سلامة هذا الوالد تتوقف على الولد، فيضع الوالد ضغطاً على الابن ليبقى ملازماً له، بينما رغبة الولد ومصلحته أن يختلط مع بعض أقرانه ومن هم في عمره. وأحياناً قد يبدي هذا الوالد ضعفاً عاطفياً أو جسدياً ليضغط على الولد فيجلس معه ليعطيه الرعاية والحنان!

إن مثل هذه المعاملة تظلم المراهق وتسيء إليه لأن من حقه في هذه المرحلة من حياته أن لا تُلقى عليه أعباء المسؤوليات الكبيرة، فهو في هذه المرحلة يحتاج للتعرّف على نفسه واهتماماته وتوجهاته في الحياة من غير الضغوط والأعباء الكبيرة. وهو لا شك سيتعلم مثل هذه المسؤوليات في الوقت المناسب في حياته عندما تصبح له أسرة وأولاد ومهنة. **إذا لم يعط المراهق فرصة التعلم هذه في مرحلة مراهقته، فإن هذه الفرصة لن تعود مرّة ثانية في حياته.**

المساعدة في أعمال المنزل:

إذا كان ولدك قد نشأ في أسرتك على فكرة أن المساعدة في أعمال المنزل أمر ممتع ومسلي وليس مجرد واجب فالغالب أن لا تصادف صعوبات معه في مرحلة المراهقة. وإذا كنت قد ساعدته في صغره كلما احتاج للمساعدة فالغالب أن يبادر هو لمساعدتك كلما احتجت إليه. إلا أنه يفضل في هذه المرحلة أن تطلب منه المساعدة بدل أن تأمره أمراً، ويفضل كذلك أن تسمح له القيام بالعمل في الوقت الذي يناسبه كلما كان هذا ممكناً لا أن عليه أن يبادر دوماً في نفس الدقيقة التي تطلب فيها منه العمل. ويفضل أن تستشيره في طبيعة هذا العمل، وأن تسمح له ببعض الحرية في طريقة تنفيذه بدل أن يتبع دوماً نفس الطريقة التي تريدها.

وكقاعدة عامة كلنا يعمل بشكل أفضل عندما نشعر أن الآخرين يقدرون جهدنا، وأنهم يفتحون لنا المجال لاتخاذ القرار وبعض الحرية في التصرف. فمن منا يحب أن يعمل تحت إدارة إنسان يصرّ دوماً على العمل بطريقته الخاصة وإن كانت طريقتنا أفضل، وهو في ذات الوقت لا يقدّر جهدنا ولا مشاعرنا؟!

إنك إذا أردت أن تستخرج أفضل ما عند الآخرين فانظر كيف تتعامل معهم. وهذا الأمر ينطبق على العمل في المصانع كما ينطبق على الأسرة والمنزل. إن بعض الديمقراطية والشورى تزيد في المردود والعمل أكثر من جوّ يصبح فيه مجرد كلام المسؤول هو القانون المتبع. فإذا كنت ديكتاتورياً مستبد الرأي فستجد أن ولدك لا يقوم بالأعمال إلا القليل جداً، وببطء وبمزاج سيئ. وستجده يبدع كل الحيل للتهرب من العمل، ويختفي من أمامك عندما تريده. وقد يدخل في حالة إضراب عن العمل رافضاً لكل ما يطلب منه.

وماذا عن دفع المال للولد من أجل المساعدة في المنزل؟

يسأل بعض الآباء إذا كان مناسباً أن يدفعوا للولد المال ليقوم ببعض الأعمال وذلك عندما تكون هناك صعوبات معه. والقاعدة هنا أنه من الأفضل أن لا تدفع للولد مالاً إذا رفض العمل بدون المال. فإنك إذا بدأت في هذا فستنزلق أكثر وأكثر في الرشوة والمساومات.

إذا رفض المراهق المساعدة وأنت تشعر أن عليه أن يقوم بهذا العمل فالأفضل أن تعالج الموضوع من الناحية المبدئية الأساسية واترك الجانب المالي. اسأل نفسك: هل هذا العمل الذي تطلبه منه عملاً معقولاً وفي استطاعته؟ فإذا كان الجواب نعم فأصرّ عليه عندها أن عليه القيام به. وإذا كان الجواب بالنفي فلا تطلب منه هذا العمل، ولا تدخل في المساومات.

ومع ذلك فلا حرج من دفع بعض المال إذا كان الولد راغباً بالعمل عن طواعية ومن غير مطالبة بالمقابل المالي. وبعد أن يقوم بعمل ما فقد تشعر بالرغبة في إعطائه بعض المال ليصرفه على نفسه ويستمتع به. ولكن لا تقوم بهذا بشكل يجعله يتوقع المال على كل عمل يقضيه لك. فليس من الحكمة أن يُعلّم الولد أننا لا نعمل إلا إذا تلقينا مكسباً مادياً أو مالياً.

وهناك من المراهقين من يرغب في أن يكسب بعض المال لينفقه على

هواياته وألعابه. وطالما أنه يقوم بالمساعدة في المنزل بشكل طبيعي فلا حرج إن طلب بعض المال الإضافي فوق مصروفه المعتاد بأن تتفق معه على القيام بعمل ما مقابل أجر معين، كأن يقوم مثلاً بتنظيف باحة المنزل مقابل مبلغ متفق عليه. من دون إدخال فكرة أن كل الأعمال المنزلية في مقابلها دفع المال.

العمل خارج المنزل:

قد يطلب الولد عندما يبلغ سنّ المراهقة أن يقوم بعمل ما خارج المنزل بالإضافة إلى دراسته المدرسية كأن يعمل مثلاً كمساعد في محل تجاري. وحتى إذا لم يطلب هو هذا، فيفيد أحياناً أن يفكر الأهل في الأمر وخاصة في العطلة المدرسية. **ففي عمل المراهق خارج المنزل فرصة تساعده على النمو واختبار الحياة**. ويساعده كذلك على الاحتكاك بالناس، ورؤية كيف يعمل الإنسان ليحصّل قوت يومه. ويساعده أيضاً على تعلم تدبير أمور المال والمصروفات، ويملأ وقته بالعمل المفيد من خلال المسؤولية بدل الجلوس بلا عمل وإضاعة الوقت. ولكن هناك بعض الأمور الهامة التي يجب أن تفكر فيها عندما يرغب ولدك في العمل خارج المنزل. ومن هذه الأمور طبيعة هذا العمل، وقدرة الولد على القيام به، ومن هم الناس الذين سيعمل معهم ويحتك بهم، وكيف سيتنقل وطبيعة المواصلات، وأوقات الخروج والعودة إلى المنزل. ويفيد في المرّة الأولى أن تصطحبه إلى مكان العمل لتتعرف على الناس وجو العمل، ولتساعده على تقديم نفسه لصاحب العمل وتتعرف عليه بنفسك. ومن البديهي أن هذا العمل يجب أن لا يؤثر على دراسته من ناحية الوقت والجهد. وحاول أن تكون واضحاً مع ولدك في طبيعة دورك أنت في هذا العمل من ناحية المواصلات وغيرها، فلا يتوقع منك ما لا تستطيعه. إن الاتفاق الواضح منذ البداية في هذه التفصيلات يجنب الكثير من المشكلات لاحقاً.

وأذكر شخصياً عندما بلغ أحد أبنائي سن الرابعة عشرة، وبعد حديث بيني وبين زوجتي، كلمت له صديقاً يملك محلاً تجارياً لبيع الأدوات المنزلية فعمل عنده مدة أسبوع في عطلة مدرسية لمدة أسبوعين. لقد تعلم الكثير في هذا الأسبوع من ناحية اختبار الحياة الميدانية، والاعتماد على النفس، والاحتكاك بالناس على اختلافهم، وكيفية التعامل مع صاحب العمل. وقد ذهبت معه في اليوم الأول وقدمته لصديقي حيث شرح له طبيعة

العمل. ومن لطيف ما حدث أن ولدي وبسبب انشغاله بالعمل وقلة تجربته في حينها قد نسي في يومه الأول في العمل أن يتناول أي طعام أو شراب حتى عاد إلى المنزل في المساء، ولكنه تعلم في يومه الثاني أن ينظم وقته، وأنه لا بد له من غذاء يقويه على متابعة العمل! لقد كان في نهاية الأسبوع مسروراً جداً من هذه التجربة رغم التعب والإنهاك. وقد افتخر بالمبلغ البسيط الذي حصّله من جهده وعرقه!

المراهق الفوضوي وغير المرتّب:

من أكثر المشكلات حدوثاً بين المراهق ووالديه هي عدم الترتيب والفوضى في حاجات المراهق. فيشتكي كثير من الآباء «لقد جننّتني ابنتي من إهمالها».

و«غرفة ابني دوماً في حالة فوضى شديدة».

و«إنه يترك ملابسه على الأرض وفي أي مكان في المنزل».

و«لقد قلت لها ألف مرة أن لا تترك كتبها هكذا في غرفة الطعام، ولكنها لا تسمع»!

وهكذا تستمر شكاية الآباء مع الغضب والانزعاج، ويسألون أنفسهم: «لماذا لا يفهم المراهق هذا الأمر، ويستمر في الإهمال وتحويل الغرفة إلى مزبلة؟ طالما أنه من السهل على الإنسان أن يرتّب حاجاته فور استعمالها؟».

«هل هو يفعل هذا عصياناً وتعمداً، ويقصد عدم الطاعة، أم ماذا؟!».

بل إن هناك من الآباء من يعترف أيضاً بأن علاقاتهم الزوجية قد ساءت وتردّت بسبب الخلاف الدائم بين الأبوين في كيفية التصرف مع إهمال ولدهما المراهق.

وتزداد المشكلة عندما يصل الإهمال وعدم الترتيب إلى إلقاء الملابس الوسخة على الأرض، وعدم وضعها في المكان المخصص للغسيل. فإذا بالمراهق نفسه يلوم أمه أو أباه أن ملابسه غير مغسولة وغير نظيفة! **وبشكل عام يبدو أن الآباء ينسون كيف كانوا في صغرهم عندما كانوا في مثل عمر ولدهم، بينما يطلبون من ولدهم القيام بما لم يفعلوه هم في مراهقتهم.**

إنك إن كنت ترى أن الترتيب والنظافة من الأمور الهامة، وأن الملابس

الوسخة يجب أن توضع في مكان الغسيل بشكل دائم فما عليك إلا أن تتبع روتيناً معيناً في المنزل. بأن تخصص عدة دقائق يومياً للترتيب وجمع الملابس الوسخة مع الأولاد. وقد يكون أفضل وقت لهذا الأمر في المساء بعد أن يخلع الأولاد ملابسهم التي توسخت خلال النهار. وبحيث يعرف الجميع أن هذه الدقائق في المساء هي لجمع الغسيل، وبذلك يقل احتمال إلقاء الملابس على الأرض، وإن كان لا يزيل المشكلة كلياً.

ويسأل بعض الآباء عن فائدة معاقبة المراهق على عدم ترتيب ونظافة غرفته ببعض العقوبات كحرمانه من مصروفه من المال. والجواب بشكل عام أن المعاقبة تكون أكثر فائدة إذا كانت واضحة العلاقة بالعمل المعاقب عليه. فالعقاب الذي لا علاقة له بطبيعة العمل قد لا ينتج عنه إلا سوء العلاقة بين المراهق ووالديه. وإذا أردت أن تحرمه من مصروف المال هذا الأسبوع ولم يقم بالعمل المطلوب منه فهل تحرمه من هذا المصروف لأسبوع ثان وثالث ورابع..؟. فغالب الآباء لا يرغبون في استمرار مثل هذه المعركة مع المراهق الذي قد لا يزداد إلا عناداً ورفضاً للاستجابة.

إن العقاب المفضل هو ما ذكرناه في البحث الخاص بالعقاب في مكان آخر من هذا الكتاب، ألا وهو العقاب وفق النتائج الطبيعية للعمل. فإذا لم يضع المراهق ملابسه الوسخة في وعاء الغسيل، فإن ملابسه لن تُغسل وتُنظف وكفى. وإذا ترك ملابسه على الأرض، فستبقى على الأرض حتى يحملها هو بنفسه. وعندما يصرخ وينادي طالباً ملابس نظيفة مكويّة فعندها سيدرك النتيجة الطبيعية لإهماله وعدم ترتيبه وتعاونه معك، وسيدرك عواقب سلوكه وتصرفاته.

هذا كله في حال أنك أردت معاقبته، ولكن إذا لم ترد العقاب فإنك بطبيعة الحال ستقوم بالغسيل والكي. ولن يأخذ منك وقتاً طويلاً أن تلتقط الملابس الوسخة بنفسك وتضعها مع الغسيل. وفي هذا الأمر مساعدة لولدك. ويمكنك مثلاً أن تقول له: إنه عندما يضع ملابسه الوسخة في وعاء الغسيل فإنه بذلك يساعدك في عملك الذي ستقوم به على كل الأحوال. وهذا مما يمكن أن يشجّعه على القيام بالأمر رغبة في مساعدتك وليس لمجرد القيام بالواجب. وإذا «نسي» الأمر فلا بأس أن تقوم أنت بالعمل. وكثير من الآباء الذين يفعلون هذا يجدون بعد فترة أن ولدهم قد بدأ «يتذكر» القيام بواجبه مقدراً في والديه أنهما لا يُحدثان مشكلة كبيرة من جرّاء هذا

الأمر. وأنه يقدر الرعاية التي تلقاها من والديه عندما تُقدم له ملابسه نظيفة مكويّة. وأنه سيكون سعيداً بالتعاون معهما لأنهما لا يحاولان إجباره على الأمر. وعندها سنلاحظ أن التعاون قد بدأ يتوطد بينه وبين والديه.

ولا تفيد كثرة المجادلة والأخذ والرد في موضوع الترتيب والتنظيم. وقد يقضي بعض الآباء في كل أسبوع الساعات الطوال في المجادلة والمحاورة مع مراهقهم، إلا أنهم ينتهون دوماً بالغضب والانزعاج وكأنهم يكلمون «الحائط»!

ويفيد هنا أن نذكر أن المراهق يشعر في هذه المرحلة ـ كما ذكرنا سابقاً ـ بالحاجة إلى استقلاله. ومن خصائص هذا الاستقلال أن يكون له مكان خاص به كغرفة له إن كان هذا ممكناً في حياة أسرته. غرفته التي يرتبها كيفما شاء، والتي لا يجبره أحد على ترتيبها وتنظيمها.

إن المراهق الذي يُربى منذ صغره على أن التنظيم والترتيب أمور نقوم بها لأنها تسعد حياة الإنسان فإنه في الغالب سينشأ في مراهقته وهو يشعر بفائدة القيام بهذه الأعمال. وإذا أهملها فسيشعر خلال وقت قصير بعدم الراحة والانزعاج. وبذلك يتعلم وبالتدريج كيف يحافظ على نظافته وترتيب بيئته والمحيط من حوله.

هذا فيما يتعلق بغرفته، وأما بقية أماكن المنزل فهي ليست خاصة به، وإنما يشترك فيها مع الآخرين، ولذلك فعليه أن يظهر تجاوباً مع حاجات الآخرين ومشاعرهم، ومن حقك كوالد أن لا تتركه يهمل الترتيب والنظافة كما يفعل في غرفته الخاصة.

ونقطة هامة أننا جميعاً نحب أحياناً أن نترك بعض حاجاتنا أمامنا على الطاولة أو الأرض، وخاصة عندما نحاول الاستراحة والاسترخاء بعد يوم طويل من العمل والعناء، فالإنسان إن لم يرتح ويسترخ في منزله فأين يفعل هذا؟! **إن المنزل في خدمتنا ولسنا نحن في خدمة المنزل.** فلا بأس أن تترك له بعض المجال ليُبقي بعض حاجاته على الأرض مثلاً وهو يحاول الراحة والاسترخاء، ولكن إذا ازداد الأمر ووصل إلى حدّ زائد فيمكنك أن تشير إلى الأمر بشكل مزاح أو نكتة. والأفضل أن تستعمل أسلوب «يبدو أن أسرتنا تحب أحياناً عدم الترتيب» وأنت تقوم في ذات الوقت بترتيب بعض حاجاتك

الخاصة. فهذه الطريقة أكثر تأثيراً من عبارة مثل: «أنظر كم أنا مرتب ونظيف، وكم أنت مهمل وغير مرتب. لا أدري متى ستكبر وتصبح مثلي»!

إن الإنسان المبالغ في الإتقان والكمال قد يُسعد في حياته الخاصة، إلا أنه من الصعب جداً على الآخرين العيش معه تحت سقف واحد!

خصوصيات المراهق:

إذا حدث ودخلت غرفة ولدك المراهق ووقعت عيناك على أمر خاص لولدك لم يكن يريدك أن تراه، فماذا تفعل؟

قد تقوم بمصادرة هذا الأمر وإتلافه أو إحراقه إن كان قابل للتلف من غير أن تتكلم في الموضوع مع المراهق، وكذلك المراهق فقد لا يتكلم وكأن شيئاً لم يحدث!

إلا أن هذا التصرف غير صحيح لعدد من الأسباب. فأولاً، غرفة الولد هي غرفته الخاصة، وسواء أحببنا هذا أم لم نحبه، وكذلك ممتلكات الغرفة هي ممتلكاته. وقد يشعر الولد بالإضافة إلى الحرج بالغضب والانزعاج الشديد أنك قد تعديت على ممتلكاته و«أموره الخاصة» به من غير إذنه. وسيبقى لهذا الأمر المسكوت عنه أثر طويل الأمد على علاقة المراهق بوالديه.

وثانياً، فإن هذا التصرف لن يمنع ولدك من الاستمرار في هذا العمل، ولكنه سيتعلم من هذه التجربة أن يكون أكثر حذراً في إخفاء حاجاته الخاصة بعيداً عن مراقبتك وعيونك.

وقد تسأل لماذا إذاً يقوم بعض الآباء بهذا التصرف من إتلاف هذه الحاجات الخاصة بولدهم، وعدم الحديث عنها؟ وقد يكون الجواب بأنهم قد يشعرون هم أنفسهم بالحرج من الكلام معه في هذا الأمر الذي اكتشفوه. وقد يشعرون أيضاً بالذنب والتقصير في تربيته كوالدين وأن ولدهم قد قام بمثل هذا العمل. وهم يعرفون أنه كان عليهم أن لا يتجسسوا على ولدهم بهذا الشكل، ولكن أما وقد فعلوا فقد يلجأون إلى أسهل الحلول للخروج من المأزق وذلك بإسدال الستار على كل الموضوع وعدم الحديث فيه!

إذا وجدت في غرفة ولدك أمراً تعتقد أنه كان يريد إخفاءه عنك فاسأل نفسك: هل هذا الأمر ضارّ به أم لا؟ فإذا لم يكن له ضرر عليه فالأفضل أن

تتركه في مكانه وكأن أمراً لم يحدث. ولكن إذا شعرت بضرر هذا الأمر وخطورته، فالأفضل أن تفتح معه الموضوع مهما كانت صعوبة الحديث في الأمر، ولكن حاول ألا تعرض الموضوع بأسلوب المواجهة والتحدي كأن تقول له مثلاً: «تعال معي أريد الحديث معك في أمر خطير. هيا اغلق الباب واجلس هنا أمامي. انظر ماذا وجدت اليوم في غرفتك. إن هذا لأمر مخجل ومعيب حقاً. يا لك من ولد عاص ومتعب..».

إن هذا الأسلوب لن يزيد المراهق إلا تصميماً على هذا العمل، ولكن في منتهى الحيطة والحذر لكي لا تكتشف الأمر مرة ثانية كما ذكرنا. والأفضل من هذا أن تكون صريحاً وأكثر هدوءاً وتفهماً للولد «لقد وجدت اليوم هذا الشيء في غرفتك بالخطأ. ولقد تفاجأت بالأمر رغم أني أعلم أن معظم الشباب قد يفكر في هذا الأمر في مرحلة نموهم..».

إن مثل هذا التصرف عن طريق عدم إظهار الصدمة مع القدرة كذلك على الحديث سيعطيك فرصة أفضل للتأثير في حياة ولدك الآن وفي المستقبل، ولإرشاده وتوجيهه الوجهة الصحيحة بشكل فعال.

وفيما يتعلق بموضوع رغبة الولد بالاستقلال، فقد تلاحظ أحياناً أنك عندما تدخل غرفة الجلوس حيث ولدك يجلس فإذا به بعد دقيقة أو دقيقتين يغادر الغرفة إلى مكان آخر في المنزل. وقد لا تنتبه للأمر إلا بعد أن يتكرر. وتبدأ تسأل نفسك عما حدث ولماذا هو منزعج منك ويريد تجنّبك. وقد تتألم لفكرة أن ولدك لا يحب الجلوس معك والنظر إليك. ولكن حقيقة الأمر ليست بهذا السوء. **فالمراهق يمرّ بمرحلة يكتشف فيها متعة الجلوس منفرداً مع أفكاره. ويحاول أن يفكر كمراهق وكإنسان على طريق النضج والرشاد.** بينما الجلوس مع والديه يذكّره بطفولته كما كان في صغره، وهو لا يريد أن يذكر أمر طفولته طالما أنه الآن يبحث عن هويته الجديدة كراشد. إنه لا يرغب حقيقة بالابتعاد عن والديه إلا أن دافع الاستقلال والبحث عن الهوية الجديدة يدفعه بشدة لمثل هذا السلوك. إنه يشعر بهذه الذات الجديدة بشكل أكبر وهو بعيد عن أبويه منفرداً أو مع أقرانه من الأصدقاء.

والسبب الثاني لانفراده أن الأهل قد لا يلاحظون حاجته إلى فترة من الصمت والهدوء دون كلام عندما يحب أن ينفرد بأفكاره وخواطره. فجلوسه

مع أحد والديه أو كليهما يعني أن عليه أن يخرج من صمته وانفراده، ويبدأ بالإجابة على تساؤلاتهما. **وتبقى الطريقة الوحيدة أمامه ليعيش مع أفكاره أن يترك والديه ويذهب إلى غرفة خالية.**

وإذا شعرت أن ولدك يمرّ بمثل هذه المرحلة حيث يحمل معه انفراده وعزلته أينما ذهب فحاول أن لا تخلق من الأمر مشكلة كبيرة، وإنما افتح له المجال ليتعرف على أفكاره وهويته الجديدة من غير أن تعلّق على هذا الأمر، أو تنتقده عليه. إنك إن بدأت تتهمه بأنه لا يحب الجلوس معك، أو ما شابه ذلك فإنك بهذا تكبّر المشكلة. ولنذكر أن المراهق غير متأكد بعد من كثير من مشاعره كالمحبة والكره والصداقة والانزعاج وغيرها. فقد تتقلب مشاعره وبسرعة بين كل هذه العواطف من لحظة لأخرى. فاتهامك له وطلبك منه أن يشرح لك حقيقة الأمر قد تزيده تشويشاً في حقيقة وصدق هذه المشاعر، وقد تدفعه ليسأل نفسه إن كان حقيقة يحبك أو لا. بينما كان في السابق لا يسأل نفسه هذا السؤال، ويأخذ الأمر على أنه لا شك في أنه يحبك ويحترمك، بينما أنت الآن تشك في هذا، وبالتالي سيشاركك هذا الشك في حقيقة حبه لك. إن هذا التشوش في ذهنه سيؤدي إلى مزيد من التجنّب والابتعاد عنك أو البرود في معاملته لك، فهو يشعر الآن أنه كلما اقترب منك فإنك تحاول أن تتفحص حقيقة وصدق مشاعره تجاهك، وهو بالطبع لن يرتاح لمثل هذا الموقف وهذا الاحتكاك.

والأفضل أن تتركه لينمو ويتجاوز هذه المرحلة بنفسه عندما يبدأ يتأكد من نفسه، ويكتسب الثقة بدوره وهويته الجديدة، فأعطه الفرصة والوقت لذلك. ومن ثم سيبدأ بالتخلي عن هذا السلوك ويرغب في الجلوس والحديث معك طالما أنه الآن يقف على أرضية صلبة من نفسه ومشاعره وأفكاره.

إيقاظ المراهق في الصباح:

إن من بهجة فترة المراهقة أن يكتشف الشاب متعة البقاء في السرير بعد الاستيقاظ في الصباح. فقبل المراهقة كانت المشكلة في صعوبة إبقاء الولد في سريره أو غرفته في الصباح، وخاصة يوم العطل حيث تريد أن ترتاح وتعود للنوم بعض الوقت، بينما الآن وبشكل فجائي أصبح المراهق يفضل البقاء تحت غطاء سريره. ومن أسباب هذا التغيّر أنه قد يحتاج لساعات نوم أكثر بسبب نموه

السريع، وبسبب أنه ينام الآن في ساعة متأخرة بالنسبة للسنوات السابقة. ومما يعين أن ندرك أن المراهق يحتاج لمثل هذا النوم أو الراحة من أجل أن يكون نشيطاً وحيوياً.

صحيح أن هناك كثيراً من الآباء ممن لا يرون مشكلة في بقاء الولد في السرير لبعض الوقت الإضافي إلا أن هناك من يعترض على هذا، وخاصة إذا استيقظ الوالد ليقوم ببعض الأعمال في المنزل بينما ولده الشاب قد عاد بعد الصلاة إلى سريره فإذا هو مستغرق في نوم عميق! ويفيد أن نذكر أيضاً أن المراهق قادر على مغادرة سريره إذا كان عليه أن يفعل هذا، كما في أيام الدوام المدرسي، أو غيرها من الأعمال الهامة. فهذه الظاهرة لا تعني أنه عاجز عن القيام بواجباته ومسؤولياته، وإنما كل ما في الأمر أنه يستمتع الآن بالبقاء في السرير لبعض الوقت الإضافي.

وفيما يتعلق بالاستيقاظ الصباحي حاول أن لا تتحمل عنه مسؤولية الاستيقاظ من أجل دوام مدرسي أو موعد آخر هام. ويفيد هنا اتباع قانون النتائج الطبيعية للأعمال، أي أن تتركه ليواجه نتيجة أعماله وتصرفاته. إنك إن حاولت أن تتحمل عنه هذه المسؤولية، وكل ما له علاقة بضبط الوقت، وحاولت دوماً أن تكون ضابط وقته ومواعيده فإنه لن يتعلم ضبط وقته، وسيكون سعيداً بترك هذه المسؤولية لك، معتقداً أنه لا يحتاج أن يبذل جهداً في هذا الأمر طالما أنك تتحمل عنه هذه المسؤولية!

إنه إن اختار إضاعة الوقت، أو الاستلقاء الطويل في السرير حتى يتأخر عن دوامه أو موعده فاتركه ليواجه نتائج هذا التأخر. أي لا تسرع أنت إلى المدرسة لتعتذر نيابة عنه، أو تقدم للمدرّسة الأعذار والمبررات لتحميه من عواقب سلوكه واختياره. وإلا فإنه لن يتعلم ولن يذوق نتائج عمله الفردي. وكل ما عليك أن تفعله هو أن تناديه في الصباح مرة واحدة، وتتأكد من أنه قد سمعك وأنه قد استيقظ من نومه حقيقة. وبعدها اترك له أمر النهوض من السرير. وإذا تأخر بالنهوض والوصول إلى المدرسة فإنه سرعان ما سيتعلم من إشارة المدرّسة وكلامها معه. إنه إن تأخر مرة، وكلمته المدرّسة أفضل بكثير من أن تبقى تتابعه وتنادي عليه كل صباح مرات ومرات. ولكن إذا كان هذا ما تريد، فهو اختيارك، وعليك أن تتحمل نتائج اختيارك أيضاً!

إن ولدك يريدك أن تعامله ككبير وكمسؤول، ولذلك فعليه أن يتصرف ككبير مسؤول، وعليه أن يتحمل تبعات هذه المسؤولية. إنه لا يستطيع أن يقرر بنفسه أية مسؤولية يتحمل، وأيتها يرفض أو يهمل ولا يعير اهتماماً.

دخول المراهق إلى المنزل في المساء:

ومن المشكلات التي تنشأ بين المراهق ووالديه قضية تحديد ساعة العودة إلى المنزل في المساء. حيث يقلق الأهل على أولادهم وخاصة البنت في قضية البقاء خارج المنزل لساعة متأخرة. وقد ينظر المراهق إلى أن بقاءه خارج المنزل لساعة متأخرة علامة على استقلاليته وحريته، حيث يرغب أن يشعر بأنه قد كبر، ويستطيع أن يقرر بنفسه متى يذهب ومتى يعود. ولكن في الحقيقة، وسواء أحب هذا أم لم يحبه، فإنه ما زال مراهقاً ولم ينضج بعد النضج الكافي، وما زال أمامه الكثير ليتعلمه ويختبره عن الحياة. ولا شك أن هناك من الناس من يعلمون عدم نضج المراهق بعد فيحاولون أن يستغلوا هذا بالتلاعب على هؤلاء الشباب المراهقين.

والنقطة الثانية، أن المراهقين عندما يلتقون مع بعضهم كمجموعة فقد تظهر منهم أعمال قد لا تظهر من الواحد منهم عندما يكون منفرداً، وخاصة بسبب «ضغط المجموعة». وهو أن على كل واحد منهم أن يبقى على مستوى من معه من الأصدقاء والزملاء، وهو يحاول أن لا ينعزل عنهم، ولذلك فقد يقوم بأعمال غريبة عن طبيعته وعاداته وتفكيره. وخاصة إذا تحداه زملاؤه في أنه لا يستطيع القيام بهذا العمل. صحيح أن هناك ظروفاً متعددة يمكن أن يحدث فيها «ضغط المجموعة» إلا أن التأخر عن العودة إلى المنزل ليلاً يعتبر من الظروف الهامة في هذا الأمر، ومن حق الوالدين أن يحاولا علاج الأمر بشكل فعّال.

أولاً، **تذكر أنك لن تستطيع حماية ولدك المراهق من كل شيء يخطر في البال.** فعندما يبلغ الثامنة عشرة فهو بطبيعة الحال سيذهب إلى الكلية أو الجامعة، وربما ينتقل إلى مدينة ثانية ليلتحق بالجامعة. وهو من الناحية القانونية يعتبر كبيراً ناضجاً مسؤولاً عن أعماله. ولكن إذا كنت قد قمت بواجبك معه منذ السنوات الأولى في حياته فإنه كمراهق سيتحلى بنظرة وموقف ناضج للحياة، وبمستوى معقول من التحمل للمسؤوليّة. وسيكون قد

وصل لمرحلة يقوم فيها بالسلوك والتصرف الصحيح ليس لأن هناك رقيباً خارجياً عليه على الدوام، وليس لأن هناك من يقول له افعل أو لا تفعل، وإنما لأنه يريد هو ذاتياً أن يتصرف بشكل صحيح سليم. والمفروض في هذه المرحلة أنه قد امتلك بعض القدرة على الحكم الصحيح على الأمور، والقدرة على رؤية عواقب أعماله وقراراته.

وقد حان الوقت الآن في حياته لتبدأ أن تثق به وبإمكاناته على التصرف الحكيم الصحيح. وهو يستعد الآن ليقضي معظم وقته خارج المنزل في دراسة أو عمل أو تدريب. أي حان الوقت ليغادر العصفور عشّ والديه، وهكذا سنّة الحياة التي خلق الله.

فإذا كانت علاقتك به حسنة فإنه سيبقى يستمع لك ويقدر نصحك ورأيك في الأمور، وإن كان تأثيرك على حياته يتقلّص تدريجياً. **وعليك أن تحاول الانسحاب قليلاً لتفتح له المجال ليشقّ طريقه في الحياة.**

وثانياً ليس المهم مجرد تحديد ساعة العودة إلى المنزل، وإنما أين هو ومع من كان خلال هذا الوقت. فتأكد دوماً أنك تعلم أين سيذهب، ومع من. إنك إن كنت معه صريحاً فيما يتعلق بحياتك الخاصة في السنوات الأولى من حياته فإنه سينشأ بشكل لن يمانع أبداً اهتمامك بمعرفة أين سيذهب ومع من، وغيرها من «أموره الخاصة». ولكن لا تعرّضه لاستجواب وتحقيق قبل خروجه وبعد عودته إلى المنزل. والغالب أنه سيخبرك من نفسه إذا سمحت له أن يقول لك في وقته المناسب، وبطريقته الخاصة. وانتبه إلى العبارات التي تستعملها.

فبدل أن تقول: «أين أنت ذاهب؟» قل له: «هل ستذهب إلى مكان ممتع أو مشوّق؟».

وبدل أن تسأل: «ماذا فعلت أو فعلتم؟» اسأله: «هل استمتعتم بوقت طيب؟».

وبدل أن تقول: «من سيذهب معك؟» يمكن أن تقول: «هل سيذهب صديقك عمر؟».

وبدل «ماذا ستفعلون؟» يمكن أن تقول: «هل ستلعبون بالكرة؟».

وهكذا فالأسئلة التي تعطي انطباعاً أنك تشكّ فيه، أو أنك تلومه على الذهاب، لن تعطيك إجابات مفيدة، وإنما سيلازم الصمت والكتمان. بينما الأسئلة العابرة والطبيعية تجعل الإنسان أميل إلى مشاركة ما عنده من المعلومات

مع الآخرين. ومع ذلك فمن غير المعقول أن تتوقع أن يخبرك المراهق بكل شيء في حياته. فالمراهق يهوى أن تكون له بعض «أسراره» الخاصة، والتي هي بحدّ ذاتها تجعله يشعر باستقلاليته وحريته، فهو يعلم أمراً لا يعلمه الكبار، وعنده في حياته ما يبقيه لنفسه. وسيستمر هذا الأمر في حياة المراهق، وكلما لاحظ أو شعر بحرصك على معرفة تفاصيل أخباره وحياته كلما أصبح قليل الكلام والإفصاح عما عنده. تعامل مع الأمر بشكل طبيعي، وثق به فعندها سيثق بك ويتكلم معك. وأحب أن أفهم هذا المعنى مما ورد **في «الصحيحين» عن أنس رضي الله عنه قال: خدمتُ النبي ﷺ عشر سنين فما قال لي: أفٍّ قط، وما قال لشيء صنعتُه: لِمَ صنعتَه؟ ولا لشيء تركتُه: لِمَ تركتَه؟**[1].

وثالثاً، بعد أن عرفت أين سيذهب ومع من، فعندها عليك أن تتفق معه على وقت العودة إلى المنزل، وفي هذه المرحلة من عمره فإن الوقت المتفق عليه بعد الحوار أفضل من الوقت المفروض عليه. ويمكنك أن تسأله ما هو الوقت الذي يعتقده وقتاً مناسباً ومعقولاً للعودة، ومن ثم حاول أن تصل معه لحل معقول يرضيك ويرضيه. وبعد أن تتفقا على الوقت أوضح له تماماً كيف أنك تثق به، وتتوقع منه الالتزام بهذا الاتفاق. وإذا حدث وبعد كل هذا الكلام عاد متأخراً، فاستمع له أولاً لأسبابه، فقد تكون أسباباً وجيهة مقنعة. وحاول أن تتخذ موقفاً معقولاً مع التأكيد على أنك تتوقع منه أن يحسن تنظيم أموره ووقته ليحافظ على الوقت المتفق عليه. وإذا كان تأخره لأسباب معقولة فاشرح له عندها أنه كان بإمكانه أن يكلمك بالهاتف من منزل صديقه مثلاً، وبذلك يرتاح بالك وأنت جالس تنتظره.

ويمكنك هنا أيضاً أن تشرح له كيف أن الآباء والأهل بشكل عام يشعرون بالقلق والخوف على ولدهم، فقد لا يدرك المراهق حقيقة هذا الأمر، وقد يشعر أنه لا مبرر لهذا القلق والخوف. ولكن هذه هي الحقيقة بالنسبة للآباء، والمراهق سيشعر بهذا الأمر عندما يكبر ويصبح له أولاد مسؤولاً عنهم. ولكن حتى ذلك الحين عليه أن يقدّر مشاعر والديه. وسيدرك ولدك بعد هذا الشرح أنه إذا لم يستطع العودة في الوقت المتفق عليه فإخبارك

---

(١) حديث صحيح؛ «سنن الترمذي» (٢٠١٥)، «مختصر الشمائل المحمدية» (٢٩٦).

بالهاتف نابع من تفكيره وتقديره لك ولمشاعرك وليس مجرد واجب يقوم به.

وباستعمال هذه الطريقة في التعامل مع مراهقك فالغالب أنك ستتجنب مشكلة قضية ضبط الوقت في المنزل. **ولكن إن حدثت مشكلة ولم يلتزم بالوقت فعليك أن تكون حازماً في الأمر، فهذا من حقك، فأنت ما تزال مسؤولاً عنه وعن تربيته.** لقد أعطيته الفرصة ليتحمّل المسؤولية إلا أنه يبدو أنه لم يصل بعد لمستوى هذه المسؤولية. وإذا تكرر التأخر في العودة مرة أخرى فلن يستطيع عندها الخروج من المنزل في المساء بعد دوام المدرسة لمدة أسبوع مثلاً نتيجة عدم التزامه بالوقت المتفق عليه. إنه إذا أراد أن يتحمل المسؤولية كالكبار فإن عليه أن يثبت أنه على مستوى تحمل هذه المسؤولية. ولكن في نفس الوقت حاول أن تتجنب الخطأ الشائع في إعطائه محاضرة طويلة على أنه يجب أن يشعر بالمسؤولية من دون أن تتيح له فرصاً للتدريب على تحمل هذه المسؤوليات. إن ولدك إذا رأى أنك تأتمنه وتثق به فالغالب أن يسعى جاهداً ليصل لمستوى هذه الأمانة وهذه الثقة.

أهمية الأصدقاء والزملاء:

إن الصداقات في مرحلة المراهقة من الأمور الهامة والحساسة في حياة المراهق، ويتزامن هذا مع الانتقال إلى المدرسة الإعدادية/ الثانوية. فحتى هذه السن كان الولد ينظر دوماً إلى والديه ومعلميه كقدوة له في حياته، إلا أنه ومن هذه المرحلة يبدأ بالنظر إلى أصدقائه وزملائه، ويبدأ بالتأثر الكبير بشخصياتهم وسلوكهم. ومن المهم بالنسبة للمراهق على عتبة مرحلة الرجولة (الأنوثة) والنضج أن يحصل على «استقلاله» عن الآخرين، ويشعر كذلك بهويته الذاتية. وهذا الأمر طبيعي حيث يريد المراهق أن يتحلى بما يميّز جيله وعصره وبيئته الخاصة. ولقد كنا نحن الآباء قد فعلنا هذا في جيلنا وعصرنا وبيئتنا، وستبقى الأجيال تقوم بنفس العمل. فإذا وجد التفهم مع الاحترام المتبادل فالأصل أن لا تحدث صعوبات حقيقية في الأمر.

وإذا بنا نرى المراهق يتعلق بما يفعله أصدقاؤه ومن هم في عمره، وأنه يشعر بأهمية كبيرة لما يقوم به هؤلاء. فإذا كانوا يلعبون الكرة فإنه يريد أن يلعب الكرة، وإذا كانوا يميلون إلى ألعاب الكمبيوتر فالطبيعي أن يرغب في نفس الأمر وهكذا. وليس بالضرورة أن يقف الأمر عند حدّ الشكل

والمظهر وإنما يمكن أن يصل إلى الأفكار والمواقف واللغة والمصطلحات والمفاهيم. وهذا لا يعني أن المراهق سهل التأثر والانقياد للآخرين، وإنما الأمر أن هذا الشاب يشعر بالحاجة الشديدة للشعور «بالانتماء» إلى هذه المجموعة التي تقاربه في السن والخصائص والميزات. وهو من خلال هذا «الانتماء» يحاول أن يكتشف هويته الذاتية. فإذا نظر إليه هؤلاء الأصدقاء على أنه جيد وقادر فهو في نظر نفسه جيد وقادر والعكس بالعكس.

والعادة أن يكون أصحابه ممن يجاوره في السكن وأحياناً ممن يلازمهم في المدرسة. ولا شك أنه قد تختلف وجهة نظر الوالدين لهؤلاء الأصدقاء عن وجهة نظر المراهق، وطالما أن الأمر ما يزال في حيّز المعقول والمقبول ولم يتجاوز الخط الذي يرسمه الوالدان من ناحية الأعراف والتقاليد والقيم فالأصل أن يشعر المراهق بشيء من الحرية في هذا، وإلا إذا تجاوز الأمر الحدّ المقبول فيبقى للوالدين حق توجيه الشاب في هذه الحياة. وهنا تأتي فائدة الحوار والنقاش التي ذكرناها في هذا الفصل، حيث يبقى التعاون والاحترام والتحمل أفضل من المواجهة والصراع والنزاع.

وسنلاحظ أن المراهق حريص على أن يكون مقبولاً من قبل أصدقائه وزملائه، ولذلك يحب أن يظهر بالزي والشكل الذي يقدره فيه هؤلاء الأصدقاء، وقد يؤثر هذا على نوعية ملابسه وتسريحة شعره. ومهما قال الوالدان فقد يبقى المراهق متعلق بوجهة نظر أصحابه وبذوقهم. ويُنصح الآباء بترك مجال لحرية المراهق ليختار ما يريد. فبعد قليل من نموه ونضجه عليه أن يتخذ كل القرارات المتعلقة بحياته الخاصة. ولذلك دعه يجرّب بعض المسؤولية في اتخاذ القرار وتحمل عواقب ونتائج قراراته. ولا شك أن الملبس والمظهر أمور تتوقف لحدّ كبير على الذوق الفردي والذي يختلف من جيل لآخر. انظر إلى ملابس والديك في صورة قديمة، هل هي الملابس التي تفضلها أنت الآن؟! وكذلك الحال بالنسبة لمراهقك.

وهذا لا يعني أن لا تعبر عن وجهة نظرك ورأيك في الأمر، فطالما أنك لا تأخذ الأمر بشكل جديّ ومتشدد فالغالب أن يبقى ولدك مهتم بالاستماع لوجهة نظرك وما عندك من رأي. ويفيد من طرفك أن تتحلى ببعض المرونة والتفهم.

ولكن قد يقترح المراهق في بعض الحالات أمراً غير معقول أو غير

مقبول أبداً بالنسبة لوالديه، وخاصة أمور «الموضة» غير المقبولة فعندها يمكن أن تصرّ على دورك كوالد في منع مثل هذا العمل غير المقبول والذي قد يندم عليه الولد بعد فترة من الزمن. أكّد رأيك وموقفك، واشرح له مبرراتك ودوافعك، **وتبقى الوقاية خير دوماً من العلاج، بحيث يمكنك أن تربي في ولدك حسن المسؤولية من خلال مشاركته منذ السنوات العشر الأولى في شراء ملابسه ومظهره.** ويمكنك أن تذهب معه إلى السوق وتخبره بالمبلغ المخصص للشراء، ومن ثم تحاول أن تتناقش معه في اختيار الثوب المناسب، واسمح له أن يبدي رأيه مع التأكيد على تلبية الحاجة الجديدة للغرض المطلوب من شرائها، ومن تناسبها مع المال المتوفر. وإذا بدأت بهذا الشكل المبكر فيمكن أن تصل في مرحلة المراهقة إلى إمكانية إعطاء ولدك كلفة ملابسه خلال العام، وربما على دفعات شهرية ليقوم هو بترتيب أموره المالية، وتترك له شراء ما يحتاجه من الملابس. وإذا أراد شراء حاجة غالية الثمن فيمكنه أن يدّخر من مصروفه الشهري ليشتري ما يريد. إن هذه الطريقة تربي عند ولدك القدرة على التصرف وتنظيم أموره المالية ليساعده هذا في مستقبل حياته. ولا بد من إعطائه بعض المسؤولية والحرية ليتعلم بالممارسة وربما بارتكاب الأخطاء، أما إذا بقيت تتصرف بالأمر ولا تعطيه فرصة للقرار والحرية والمسؤولية فمتى سيتعلم؟!

النمو الجنسي:

إن معظم الفتيات يستطعن الإنجاب في أوائل العشر الثاني من عمرهن، بينما الفتيان في السادس عشرة من عمرهم. وتترافق التغيرات الجسدية عند المراهق بالكثير من الأسئلة والاهتمامات، وما قد يشغل باله في قضية الوظيفة الجنسية. **ومن هنا نلاحظ أهمية العناية بالتوعية الجنسية للمراهقين.** والغالب إذا كنت قد تعاملت بحكمة وموضوعية مع أسئلة ولدك في صغره، وإذا كنت قد تعاملت معه بشكل سليم فيما يتعلق بجسم الإنسان ووظائفه وخصائصه في مرحلة طفولته فالغالب أن تكون أسئلته الآن بسيطة وسهلة الإجابة. **ولكن إذا كنت لم تتحدث معه أبداً في موضوع الجسد وأخفيت عنه كل ما يتعلق بتبدلات الجسم ووظيفته الجنسية فالأفضل الآن أن تقضي معه بعض الوقت في التوعية المطلوبة**، ولا بأس بالاستعانة بكتاب

موضّح في موضوع الجسم ونموّه وتبدلات المراهقة. وحاول أن تتجنب الوقوع في الخطأ الشائع الذي يقول بعدم الحاجة لمثل هذه التوعية وأن الولد سيتعلم من نفسه عن هذه الأمور من أصدقائه في المدرسة أو غيرها..

صحيح أن الولد يلتقط الكثير من الأمور في جو المدرسة والأصدقاء، إلا أنها ليست دائماً معلومات صحيحة، وهي تفتقد في الغالب الموقف السليم والصحيح من التعامل معها. ومهما تعلَّم ولدك من الآخرين فإنه يبقى في حاجة للشعور بأنه يستطيع أن يفتح معك مثل هذا الموضوع وهذه الأسئلة.

إن الجو السليم في المنزل فيما يتعلق بتفهم طبيعة الجسد الإنساني ونموه وتبدلاته ووظائفه، وجو المصارحة والانفتاح يجعل الولد أقل تفاجئاً بالتبدلات التي تطرأ على جسده، وهذا يخفف عنده كذلك من الانشغال الشديد والدائم بجسد الجنس الآخر.

ولا بد عند الفتيات من شرح موضوع الدورة الشهرية قبل حدوثها. إن ظهور الدم بشكل فجائي غير متوقع عند الفتاة يمكن أن يكون تجربة مخيفة لها، وكذلك ما قد تسمعه الفتاة من قصص وخيالات من صديقاتها، إلا إذا كانت قد تلقت في منزلها المعلومات الصحيحة.

وكما ذكرنا عن الدورة الشهرية بالنسبة للفتاة التي لم تهيئ للأمر، فكذلك بالنسبة للشاب الذي لم يُهيئ لموضوع الاحتلام الليلي. فقد يكون الولد قد اعتاد على موضوع انتصاب القضيب وخاصة عند الاستيقاظ في الصباح، إلا أن مثل هذا الانتصاب يتكرر حدوثه أكثر في مرحلة المراهقة وحتى في أثناء النهار مما يزيد في حرج الفتى وخاصة أن الانتصاب قد يأتي بشكل فجائي وغير متوقع، وفي مواقف محرجة له، مما يضطر الشاب إلى محاولة إخفاء ما حدث. ويصعب الأمر على الشاب إذا ترافق الانتصاب الليلي بالاحتلام، وكذلك اضطراره إلى الاغتسال وتغيير ملابسه وربما تغيير غطاء سريره.

ولا شك أن كلاً من الدورة الشهرية والاحتلام الليلي عبارة عن مظاهر طبيعية لنمو الجسم رغم ما قد يرافق هذا من حرج الشابة والشاب. ويفيد هنا مساعدتهما على التكيف مع هذا الحرج بشرح حقائق الأمر وأن كل من الدورة الشهرية والاحتلام الليلي عبارة عن دليل على صحة الجسم، وأن أعضاءه

المختلفة تعمل بشكل سليم، وأن هذا الأمر ليس تحت سيطرة الإنسان، وأنه ليس هناك ما يعيب أو يُخجل.

ويبلغ الدافع الجنسي ذروته عادة في سن ١٦ ـ ١٨ عند الفتيان وهو كذلك عند الفتيات، إلا أن ذهن الفتاة أقلّ انشغالاً فيما يتعلق بقضايا الجنس والدافع الجنسي.

ويمكن طبعاً الحديث عن الجنس والإنجاب بعبارة أو عبارتين ولكن المهم في الأمر هو طبيعة الجو الذي تقوم فيه بهذه التوعية الجنسية. **فحاول أن تناقش مع ابنك (والأم مع ابنتها) كل هذه الأمور في جو يسوده الهدوء والرعاية.** وساعده على الفهم الصحيح، وعلى رؤية الجنس أنه امتداد طبيعي للعلاقة بين الرجل والمرأة وما فيها من المشاعر واللمس والعناق والرعاية والحنان. وهنا يأتي أيضاً دور القيم والمبادئ الأخلاقية والدينية، **فاسْعَ إلى توضيح وجهة نظرك الأخلاقية التي تحملها حول مثل هذا الموضوع.** وساعد ولدك على رؤية ما ترى من هذه المبادئ الأخلاقية، وأسبابها والحكمة منها، وما يمكن أن يجنيه الفرد والمجتمع والإنسانية من هذا الالتزام الأخلاقي البعيد عن الفوضى والإباحية.

ولا بأس هنا من شرح قول الله تعالى: ﴿وَمِنْ ءَايَٰتِهِۦٓ أَنْ خَلَقَ لَكُم مِّنْ أَنفُسِكُمْ أَزْوَٰجًا لِّتَسْكُنُوٓاْ إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُم مَّوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِى ذَٰلِكَ لَءَايَٰتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ﴾ [الروم: ٢١]، وقوله: ﴿وَٱلَّذِينَ هُمْ لِفُرُوجِهِمْ حَٰفِظُونَ﴾ [المؤمنون: ٥] وكذلك حديث الرسول ﷺ: «**وفي بضع أحدكم صدقة..**»[١].

وحاول أن تساعد المراهق على امتلاك الفهم الصحيح لموضوع الجنس أولاً، والقواعد الأخلاقية والدينية، والموقف السليم من التعامل معها ثانياً، وفضائل ضبط النفس وتنظيم الحياة وما يمكن أن يساعد على هذا السلوك اللائق بالرقي الإنساني ثالثاً.

إن الفتى غير المهيئ قد يجد صعوبات كبيرة في ضبط النفس عند أول إغراء يتعرض له في حياته، وليس أفضل ما يساعده في هذا الموقف كحسن التربية والتعليم والتوجيه.

---

(١) حديث صحيح؛ «صحيح الجامع الصغير» (٢٥٨٨).

العادة السريّة (الاستمناء عند الذكر):

تفيد بعض التقديرات أن معظم الفتيان والكثير من الفتيات قد يجرّبون العادة السرية في وقت ما من مرحلة مراهقتهم. **ويقوم الشاب عادة بالعادة السرية كوسيلة لتفريغ رغبته الجنسية القوية والتي يطالبه المجتمع والأعراف بتأخير تفريغها بالشكل الطبيعي عن طريق الزواج إلى مرحلة متقدمة من عمره تمتد لعدد من السنوات.** فأمام هذا الحال بين الرغبة القوية والإثارة من جانب، وغياب المتنفس الطبيعي الصحي الأخلاقي تبقى العادة السرية أمراً متيسراً للشاب. وقد لا يفيد مجرد الوعظ في إيقاف هذا العمل إلا أنه قد يزيد من شعور الشاب بالذنب وتأنيب الضمير. وقد يمتدّ هذا الشعور بالذنب ليصاحب العملية الجنسية لسنوات عديدة بعد الزواج.

وأفضل نصيحة للآباء هنا أن يعتبروا موضوع العادة السرية أمراً خاصاً بالمراهق، فهو يقوم عادة بهذا العمل بشكل خفيّ عندما لا يكون هناك أحد معه. وإذا حدث ودخلت فجأة على الشاب وهو في حال تشير إلى هذه الممارسة فحاول أن لا تتصرف وكأنك في حالة ذهول ودهشة أو صدمة، ولا تحاول أن تحرجه بالأمر، فهذا الإحراج قد يكون له الأثر النفسي الطويل وخاصة إذا كان هذا الشاب من النوع الشديد الحساسية. والأفضل أن تعتذر وتغادر المكان بشكل طبيعي ويكفيه ما قد شعر به من الحرج والارتباك. وحاول أن لا تعود وتذكر ما حدث إلا إذا أراد هو أن يتكلم معك في هذا الأمر، وعندها ساعده على الكلام بحسن الاستماع والتفهم دون تسليط الاتهامات والانتقادات. ويفيد هنا لا شك مراجعة بعض كتب الفقه الإسلامي لمعرفة حكم الإسلام في الأمر. **ومن المراجع المعتدلة في نظرتها والمتفهمة لواقع حياة الناس كتاب «الحلال والحرام في الإسلام» للعلامة الدكتور يوسف القرضاوي.**

العقاب

تختلف آراء الناس والمجتمعات في موضوع العقاب بين مؤيد ومعارض ومتحفّظ. ولكن قبل الخوض في هذا الأمر لنسأل أنفسنا سؤالاً: لماذا نعاقب الولد؟

والغالب أن يكون من أجل الأمور التالية:

١ ـ لمعاقبته على أمر فعله الآن.

٢ ـ لمنعه من القيام بأعمال غير مناسبة في المستقبل.

٣ ـ للتعبير عن انزعاجنا ولتفريغ مشاعرنا تجاه أمر فعله أو أمر لم يقم به.

وإذا كان معظم الآباء يصرّح فيقول أنه يضرب الولد ويعاقبه من أجل هذه الأهداف الثلاثة مجتمعة، فإن منهم من يرغبون بأن يكون الهدف الثاني هو الذي دفعهم للعقاب من أجل أن يتعلم الولد من أخطائه. ولكنهم يقرّون أيضاً بأن الهدف الثالث يلعب دوراً في العقاب، وأنهم قد انزعجوا كثيراً فلم يرتاحوا إلا بمعاقبة الولد أو ضربه. وقد يخجل معظم الآباء عندما يقرّون بذلك، ومعظهم يريد أن يرى نفسه أنه لا يؤذي ولده، وإن كان من الصعب دوماً تحقيق هذا الأمر في الواقع. وإذا كان هناك من سبب «وجيه» للضرب كشكل من العقاب فلا بد أن يكون الهدف الثاني. ولكن ما هو حال الهدف الأول والثالث؟

لا شك أن من خصائص البشر الانزعاج والتأثر والغضب في بعض الأحيان، وخاصة عندما يحاول الولد استهلاك كل الصبر عند أمه أو أبيه. وهذا لا يعني أنك إن فقدت أعصابك وعاقبت ولدك وأنت غاضب أن هذا دليل على أنك أب فاشل أو أم فاشلة. ولا يعني هذا أن تملأ نفسك بالشعور بالذنب وتأنيب الضمير أو الغضب من نفسك، ولا يعني أيضاً أن

تبدأ تغدق على ولدك بالعطايا والهدايا للتعويض عن عقابك له عندما أساء التصرف. وبالمقابل، لا يعني هذا أن تتجاهل ما حدث وكأن الولد لم يقم بما يُزعج ويُغضب من الأعمال. وإنما المقصود أن تحاول أن تنظر إلى الأمر بموضوعية من خلال النظر في الإجابة على بعض التساؤلات.

ماذا حدث بالضبط؟ وكيف بدأ الأمر؟ وهل كنتَ في حالة غضب وانفعال؟ وهل كان الولد صعباً ومشاغباً طوال النهار؟ وهل شعرت أنه كان يتعمّد إزعاجك وعصيانك؟

هل كنت تريد أن تنجز بعض الأعمال إلا أنه حاول أن يمنعك من متابعة ذلك؟ وهل شعرت أنه يحاول أن يتحدّى سلطتك الأبوية؟ وكيف شعرت تجاه هذا؟..

إذا كان الهدف الثالث للعقاب وهو تفريغ مشاعرنا نحو الولد يلعب دوراً رئيساً فحاول أن تنظر في ردود أفعالك وأنت تعاقب الولد. فبعض الآباء يبوح بأنه ليس فقط قد فرّغ غضبه في الولد وإنما شعر بشيء من التشفي والانتقام منه. وقد نستغرب ونشعر بالحرج ونحن نسمع هذا الأمر، إلا أننا لا نستغرب أن من الآباء من يشعر بالغضب الشديد والانفعال المخيف وهو يعاقب ولده. ولا شك أن هذا الأمر من المواضيع الحساسة والدقيقة والتي تمسّنا جميعاً بعمق. فالإنسان بطبيعته سرعان ما يبادر للدفاع عن نفسه من أجل البقاء عندما يُهدد من قبل الآخرين. ولا شك أن الولد الذي يعصي والديه ويتحدّاهما يشكل تحدياً خطيراً وحقيقياً لبعض الآباء. وليس تحدياً جسدياً مادياً وإنما تحدياً نفسياً. فيسأل الوالد نفسه: «كيف لا أستطيع السيطرة على مثل هذا الولد الصغير؟!».

ويزداد الأمر سوءاً عندما تحاول أن تضبط نفسك وصبرك إلا أن الولد لا يقدّر محاولاتك هذه، بل يزيد من تحديه وإزعاجه لك. ففي لحظة من هذا الصراع سينفعل الأب ويفقد صبره ويعاقب ولده. فإذا بالوالد يشعر بالانزعاج من نفسه ويشعر بالذنب بسبب فقدانه لصبره وإيقاع العقاب على الولد. وينتهي الأب ليس فقط بالشعور بالإخفاق في ضبط الولد وإنما أيضاً الشعور بالعجز عن ضبط النفس والتصرف بحكمة ورويّة.

ومن طبيعة كثير من التجمعات التي نعيش فيها أن الإنسان مع الأسف

يلجأ إلى العنف والصراع الجسدي والعضلي في الاستجابة للتحدي والعدوان الذي يتعرض له، إلا أن هذا النوع من الاستجابة يزيد في تعقيد المشكلات ولا يساعد على حلّها. **إننا نحتاج للكثير من ضبط النفس بحيث لا نستجيب للرغبة الداخلية في الصراع ورد ما نراه «اعتداء» وإنما نتكيّف مع ما يفرضه علينا المجتمع وثقافته من ضوابط وقيود أخلاقية وقانونية، وبحيث نُطالَب بالتعامل مع عواطفنا وانفعالاتنا بأساليب أخرى غير العنف والاقتتال.**

ويقول البعض: إن من خصائص كثير من المجتمعات المعاصرة المزدحمة أنها تحوي على الكثير من أسباب تعارض المصالح والخلاف والصراع، وحتى بين الأسرة الواحدة. فأجدادنا قد عاشوا في فسحة من الأرض مع الكثير من الأعمال المطلوبة منهم خارج المنزل مع القليل من الأعمال داخل المنزل. ورغم أن حياتهم بشكل عام كانت صعبة وعسيرة من الناحية المادية إلا أن أسباب الصراع والنزاع أقل مما هي عليه الآن. وكذلك الحال بالنسبة للأولاد داخل المنزل، حيث كانت الضوابط والقيود داخل المنزل أقل مما هي عليه الآن، فلم يكن أمامهم الكثير من أثاث المنزل القابل للكسر، والسجّاد القابل للتلف والاتساخ، ولا الأنوار الكهربائية التي تجعل الإنسان يسهر معظم الليل دون نوم، وتزيد في عدد الساعات التي يقضيها الإنسان وجهاً لوجه مع الآخرين، ولا برامج التلفزيون للتنازع عليها، ولا الألعاب المتنوعة التي قد تسبب الخصام. **ولذلك يفيد أن تحاول أن تزيل بعض العوامل التي يمكن أن تثير النزاع داخل الأسرة، أو تحاول أن تنظم الأمور بحيث تقلل من احتمالات الخصام.**

إن عقاب الولد للهدف الأول، أي لعمل كان قد ارتكبه قد لا يقنع بعض الناس لأنهم يرون فيه أسلوباً آخر للانتقام من الولد، وهذا الانتقام بالطبع لا يصلح لحل النزاعات. وتبقى أفضل طريقة هي إزالة الظروف بحيث لا يصبح هناك مبرّر أصلاً للتفكير في نوع «العقاب» المفضل أو الأنسب.

وإذا كنت تعاقب الولد كوسيلة لتجعله يدفع ثمن خطئه فستجد أن هذه الطريقة قليلة الجدوى في تحسين السلوك. بل على العكس، ستجد أن العقاب يترك الولد يشعر بالرغبة في التمرد والعصيان و«الانتقام» لنفسه، ولا يجعله يشعر بالدافع القوي ليفهم سبب العقاب والخطأ في سلوكه وتصرفاته.

وعندما تبدأ ترى أن العقاب يجب أن لا يستعمل للانتقام، أو كوسيلة ليدفع بها الولد جزاء عمله، وأن العقاب يجب أن يكون من أجل تفهيم الولد والتحسين من سلوكه فعندها ستبدأ تلاحظ أنه لم يعد هناك مبرر ولا فائدة من هذا العقاب. **ولا شك أن هناك طرقاً أفضل لمساعدة الولد على التعلم والفهم، طرق يتخللها التوجيه وينشأ معها تقوية العلاقة بينك وبين ولدك بدل إضعافها وتكبير الفجوة بينكما.**

ولكن إذا كان هناك حاجة «لعقاب خفيف»، فما هو يا ترى شكل هذا العقاب؟ ويفيد هنا أن نعدد بعض أشكال العقاب واحتمالاته:

١ ـ الصفع / الضرب:

وتختلف نظرة المجتمعات إلى الصفع على الوجه أو اليد، ففيما يعتبرها البعض وسيلة للتربية والتأديب، يعتبرها الآخرون طريقة مهينة للإنسان. وهناك من يعتقد أن للصفع إيجابيات ومنها أنها وسيلة فورية آنية، ولا تحتاج لوقت طويل للقيام بها. إلا أن السلبيات تفوق هذه الإيجابيات المفترضة. فالصفع يعلّم الولد أنه أمر مقبول أن يقوم الكبير بضرب الصغير. بالإضافة إلى أن تعريض الولد للألم قد يجعله يخاف حقيقة من والديه، ويُضعف من الرباط العاطفي بينه وبين والديه. وإذا كنت ممن يعتمد على الصفع فما هو إلا وقت قصير حتى يبدأ الولد بضرب وصفع من هو أصغر منه من الأولاد. ومن مخاطر الصفع تعريض الولد للأذى الجسدي الحقيقي. ولا نحتاج إلى أن ننصح بعدم الضرب على الوجه والرقبة والرأس، ولا الضرب بشيء مادي كقطعة خشب أو غيرها.

ومن الأمور التي تعرض الولد الصغير للأذى أن يُحمل هذا الولد ويحرّك (يُخضّ) بعنف. فهذا قد يسبب أذيّة دماغية بسبب التحريك العنيف للرأس. أقول هذا لأن هناك من يفعل هذا! والأولاد بشكل عام عرضة للأذى بشكل أكبر مما نتصوّر نحن الكبار. وإذا كان لا بد من الصفع فليكن خفيفاً براحة اليد على يده أو ذراعه أو ساقه، وإن كنّا بشكل عام لا ننصح بالضرب. إنك عندما تبدأ أسلوب الصفع والضرب فستجد نفسك تنساق في هذا الطريق أكثر فأكثر حتى تصبح هذه عادة عندك، بدل أن تصرف بعض الوقت في التفكير فيما قد حدث وفيما يُفضّل عمله لعلاج الوضع. وسيتعوّد الولد على توقع

الصفع منك عند أول عمل يقوم به ولا يحوز فيه على قبولك، وسينظر إليك على أنك تلجأ للعنف والضرب عندما تريد أن تفرض عليه ما تريد. وقد يصل لمرحلة يتجاهل فيها ما تقول له ما لم يترافق كلامك بالصفع أو الضرب. وإذا كان الولد عنيفاً عنيداً لا تؤثّر فيه مثل هذه الصفعات، فماذا بقي أمامك من أجل تربيته وتنشأته؟!

٢ ـ إرسال الولد إلى سريره:

رغم أن بعض الناس يستعمل طريقة إرسال الولد إلى غرفة نومه أو سريره في لحظات الغضب عقب ارتكابه عملاً غير مقبول، إلا أن هناك من يرى آثاراً سلبية من هذه الوسيلة. فالولد سيرتبط في ذهنه أن السرير وغرفة النوم من وسائل العقاب والحرمان مما يجعله يتجنّب الذهاب إلى سريره في المساء للنوم، ويفضل البقاء واللعب في مكان آخر وحتى ساعة متأخرة.

وثانياً، عندما يشعر الولد بغضبك منه، وهو في أمسّ الحاجة إلى التطمين إلى أنك ما تزال تحبه فإذا بك تُبعده عنك وترسله لغرفة أخرى. وليس مستحسناً أن يشعر الولد أنه عندما يكون متألماً منزعجاً فإن عليه أن يبكي وحده بعيداً عن والديه، وأن عليه أن يحل مشاكله ومشاعره بنفسه ومن غير مساعدة أهله. والأفضل في هذه الحالة أن تُبقيه بقربك لبعض الوقت كي لا يشعر بالرفض والمنبوذية. ولا نحتاج طبعاً للتأكيد على عدم وضع الولد في غرفة مظلمة أو أن يُقفل عليه الباب ويُحبس في الغرفة. فالغرفة المظلمة أو المقفولة الباب من الأمور التي ترعب الولد إلى حدّ كبير وتُحدث لديه صدمة نفسية شديدة تترك آثارها عليه لمدة طويلة وإن كان يبدو ظاهرياً أنه قد نسي الحادث بعد سنوات. وقد تظهر الآثار بشكل قلق أو خوف أو تردد في شخصيته ومواقفه ولو بعد سنوات ومن غير أن يدرك الأهل سبب هذا.

٣ ـ إيقاف العطايا واسترجاعها منه:

يختلف الآباء في درجة استعمال هذه الطريقة، وكذلك تختلف آثارها على الأولاد. فالولد الذي يتعلق بالعطايا والأشياء قد يتأثر كثيراً إذا حُرم منها وقلت له: إنه لن يأخذ مثلاً مصروفه الجيبي من النقود لمدة أسبوع من الزمن، أو أنك لن تشتري له حلويات وسكاكر هذا الأسبوع، أو أنك لن تأخذه معك إلى السوق

في اليوم التالي. بينما نجد الولد الذي يميل للدعابة والمرح أنه قد لا يتأثر ولو ظاهرياً بمثل هذا الكلام، ويبدي استعداده لتقبله والعيش معه.

وقد يرى البعض أنه من الظلم أن يُحرم الولد من الحصول على أمر ما لمجرد أن لديه طبع صعب. وبشكل عام يفضّل عدم الإكثار من استعمال هذه الطريقة في العقاب لأن كثرة استعمالها تُشعر الولد بأن العالم من حوله عالم غير مستقر ولا يُطمأن إليه. ففي لحظة يتوقع أن يحصل على شيء ما ومن ثم فجأة يُحرم من هذا الأمر. وكذلك قد يبدأ الولد لا يطمئن لوعود والديه والناس، وقد يكبر ليعتاد على ما رآه من عدم الحفاظ على الوعود للآخرين.

ومن المفضل عند استعمال هذه الطريقة أن يكون المنع نتيجة طبيعية مباشرة للخطأ في سلوك الولد. فمثلاً إذا كان سيحصل على بعض الحلويات التي ستصنعها أمُّه ولكن بسبب سلوكه وإزعاجه أو إثارته للفوضى في المنزل لم يبقَ عند الأم وقت كاف لصنع هذه الحلويات، فعندها سيلاحظ الولد العلاقة الواضحة والطبيعية بين سلوكه وبين حرمانه من الحلويات، وسيفهم أنه هو سبب هذا الحرمان ولا مكان للوم أمِّه أو وصفها بالظلم له. ومن الأهمية كذلك أن يرى الولد دوماً العلاقة بين سلوكه غير المتعاون وبين نتائج ذلك على الحياة من حوله. ومن المفيد أيضاً أن تحاول أن تشرح لولدك وبشكل مسبق ماذا ستكون النتيجة إذا أساء السلوك، وكيف أنه سيكون لسلوكه وتصرفاته آثار كبيرة على النتائج والثمرات، وأنه «لا يحصد إلا ما يزرع».

٤ ـ الحرمان:

وقد لا تختلف هذه الطريقة كثيراً عن الطريقة السابقة من إيقاف العطايا حيث يُؤخذ من الولد شيء ما عندما يتصرف بسلوك غير مقبول. ولا يفضل عادة أخذ لعبته المفضلة لعمل عمله وليس له علاقة باللعبة، فهذا قد يدفعه للعناد والمخالفة والخصام. وبالمقابل إذا أساء عن طريق شيء أو أداة فأحدث بها أذى في المنزل كأن يلعب مثلاً بالكرة بعد أن طلبت منه أمُّه أن لا يفعل فيمكن للأم هنا أن تأخذ هذه الكرة وتضعها في مكان يراه الولد إلا أن يده لا تصل إليه، وهو في هذه الحالة سيفكر في سلوكه ونتيجة عمله من الحرمان من الكرة. **وحاول أن لا تحرمه مما تأخذ منه لمدة طويلة، فعدة ساعات قد تكون كافية، وربما ليوم أو يومين في الحالات الشديدة.**

٥ ـ الحرمان من وجبة الطعام:

ولا ينصح باستعمال هذه الطريقة للعقاب والتي لا تزال تستعمل في بعض المجتمعات. وصحيح أن الحرمان من وجبة طعام واحدة عند الولد الذي يتمتع بصحة طيبة لن تعرضه للأذى أو الضرر، ولكن علينا أن نذكر أن الولد يعتمد على والديه في قضية الطعام، ولذلك فليس من العدل أو الحكمة أن يُحرم من هذا الأمر بسبب عمل ارتكبه وليس له علاقة بالطعام. ولن تساعد هذه الطريقة على تقوية رباط المحبة والثقة بين الولد ووالديه.

٦ ـ فرض ضريبة على الولد:

وهذه من الوسائل المستعملة أحياناً في بعض الأوساط حيث يُكلّف الولد بعمل أو مهمة لا يحبها، كأن يغسل الأواني المطبخية أو يمسح أرض المنزل أو ينظف الحمام.. ولا ينصح عادة باستعمال هذه الطريقة من العقاب، فنحن لا نريد للولد أن يعتقد أن أعمال المنزل إنما هي عقاب وأمر مكروه، بينما هي أعمال أساسية في الحياة ولا بد من القيام بها. ويفضل أن يقوم الولد بالمساعدة في هذه الأعمال بشكل إيجابي ليس له علاقة بسلوكه السيئ أو العقاب، وإنما يقوم بهذه الأعمال من إرادته في مساعدة والديه في المنزل حتى وإن كانت الأعمال متعلقة به كترتيب غرفته أو خزانته.

وتشبه هذه الطريقة ما يستعمل عادة في بعض المدارس الابتدائية حيث يعطى الولد وظيفة إضافية، أو يطلب منه كتابة ١٠ ـ ٢٠ ـ ٣٠.. سطر بسبب مشاغبته داخل الصف وإزعاجه للمدرّسة. **ولا ينصح علماء النفس التربوي بمثل هذه الطريقة التي قد تجعل الولد يكره الكتابة لاقترانها في ذهنه بالعقاب!**

٧ ـ المنع من مشاهدة التلفزيون:

باعتبار أن الولد عادة مولع بمشاهدة التلفزيون فإن من طرق العقاب المتوقعة أن يحرم الولد من مشاهدة برنامجه المفضل أو منعه من مشاهدة التلفزيون كلياً لبعض الوقت كيوم أو يومين. ولكن أكرر هنا ما ذكرته من قبل وهو أنه يفضل أن يقترن العقاب بالسلوك المرتكب وإلا فسينظر الولد إلى العقاب على أنه أمر ظالم وغير عادل. إن الولد يعيش معظم حياته تحت رحمة من هو أكبر منه من والدين ومعلمين وغيرهم ولذلك فهو يولي اهتماماً

كبيراً بقضية العدل في معاملة الكبار له، وسينمو ليحترم كل من يعامله بعدل وموضوعية واحترام. نعم، يمكنك أن تلجأ إلى طريقة للعقاب والتأديب وأنت في كامل المحبة والعدل والاحترام للولد ﴿وَلَا يَجْرِمَنَّكُمْ شَنَـَٔانُ قَوْمٍ عَلَىٰٓ أَلَّا تَعْدِلُوا۟ ۚ ٱعْدِلُوا۟ هُوَ أَقْرَبُ لِلتَّقْوَىٰ﴾. [المائدة: ٨].

طبعاً، إذا تنازع الأولاد ولم يتفقوا على أي برنامج تلفزيوني يشاهدون، فعندها يمكنك أن تطفئ الجهاز بسبب خصامهم ونزاعهم ويُحرم الجميع من مشاهدته، ولا يُشغّل الجهاز من جديد إلا بعد أن يتفقوا فيما بينهم. وفي هذه الحالة نرى العلاقة القوية بين السلوك ونوعية المنع والحرمان.

والحالة الأخرى للحرمان من التلفزيون عندما لا يُكمل الولد وظيفته المدرسية بسبب أنه يريد مشاهدة برنامج ما. فعندها يمكن أن تطفئ الجهاز، وما عليه إلا أن يكمل وظيفته بشكل حسن وفي وقت مناسب قبل أن يستطيع العودة للتلفزيون. ويفضل بشكل عام أن يُنظر إلى التلفزيون في المنزل على أنه أداة منزلية، وأن للجميع حقّ في استعمالها بالوقت والطريقة المناسبة، وليس أداة للمكافأة أو المعاقبة.

٨ ـ عدم استحسان السلوك:

وتعتبر هذه مع الطريقتين التاليتين من الوسائل الفعّالة في التربية والتأديب، وهي التي ننصح بها على حسب الظروف وطبيعة الولد وخبرة الوالدين.

وطريقة عدم استحسان السلوك عبارة عن سحب أو أخذ الرضا والموافقة والاستحسان من الولد وفيما يتعلق بالسلوك غير المفضل. فولدك يحب بلا شك رضاك ويرغب بالحصول على استحسانك، وهو يتعلم منك ما هو صح وما هو خطأ، ولذلك يمكنك أن تخبره بالسلوك الذي لا تستحسنه ولا ترتاح له، وأنك لا تستحسن من يقوم بمثل هذا العمل. فإن لهذا أثراً كبيراً على صياغة سلوكه وتصرفاته في الحياة. ولننتبه إلى أنك هنا لا تسحب منه استحسانك لشخصه كإنسان وإنما ترفض السلوك السيئ الذي يقوم به، بينما تقبله تماماً كإنسان. إنك لا تريده أن يشعر أنه إنسان «سيئ» وإنما تريده أن يشعر أنه إنسان مقتدر يستطيع من نفسه تجنب السلوك القبيح

غير المرغوب فيه. ولذلك حاول أن توجه نقدك للسلوك المحدد الذي لا تستحسنه وليس لشخصه. وكما ذكرنا في مكان آخر من الكتاب أن تقول له مثلاً: «هذا العمل الذي قمت به أمر غير حسن». فهذا أفضل من أن تقول: «إنك ولد غير حسن». وأن تقول: «هذا عمل مزعج وفيه الكثير من الضوضاء» أفضل من قولك: «إنك مزعج وكثير الضوضاء».

فعن طريق مثل هذه الكلمات التي تنتقد مجرد العمل فإنك تُفهمه أنه وسلوكه ليسا شيئاً واحداً، وأنه يمتلك الخيار في طريقة السلوك التي يحب أن يتصرف بها. صحيح أنه لا يمتلك بعدُ كامل السيطرة على هذا السلوك إلا أنك تريده أن يسير على درب تعلم ضبط النفس واختيار السلوك المناسب، فالإنسان يتصرف وفق خياره ورغبته.

إن من الأمور الضارة جداً بالولد ـ بل بكل إنسان ـ أن يوصف بأوصاف سلبية يسمعها دوماً من الآخرين، فإذا به ينمو وقد صدّق بكل هذه الأوصاف السلبية «أنا أقوم بأعمال سيئة لأني ولد سيئ كما يقول أبي»!

ومما يساعد الولد ويسرّع تعلمه لتجنّب السلوك غير الحسن والذي لا تريده منه هو أن تشرح له طبيعة العمل، ولماذا لا تستحسنه. صحيح أنك قد تكون مستعجلاً وليس لديك الوقت للدخول في التفصيلات، إلا أن الفائدة كبيرة إذا بذلت معه بعض الوقت ولو القليل لتشرح له الأمر. ويمكنك أن تسأله إن كان يستطيع أن يدرك بنفسه أسباب عدم الاستحسان، وتسأله كذلك عن السلوك البديل والمرغوب فيه. وأنت بهذا العمل تحقق عدداً من المنافع منها أنك تنمي عنده التفكير في سلوكه والمحاكمة الجيدة، وتعلمه أن يحاول قدر الإمكان أن يفكر لنفسه من دون أن يحتاج دوماً إلى من يلقّنه الأمور، وتنمي بينكما الثقة والتفاهم والاحترام..

٩ ـ النتائج الطبيعية للعمل:

إن من أفضل طرق العقاب أن يُترك الولد لنتيجة عمله إذا كان هذا ممكناً وآمناً، فليس هناك معلم أفضل من التجربة الشخصية حيث سيتعلم الولد من أخطائه الطريقة الأفضل للسلوك. وهذا لا يعني أن تتركه لمصيره المؤلم وإنما تجعله يشعر بهذا المصير، ثم تتدخل لمساعدته بعد أن تشعر أنه قد فهم

الأمر. وساعده أيضاً ليرى هذه العلاقة بين عمله وبين النتيجة التي ظهرت. وهذه الطريقة لا شك طريقة عادلة، وحتى أنها لا تظهر بمظهر العقاب وإنما كأنها المعلم والمرشد والموجّه.

وقد ذكرنا بعض الأمثلة لهذه الطريق فيما سبق في هذا الفصل.

١٠ ـ الوقوف في ركن الغرفة:

إذا شعرت بالحاجة الشديدة للمعاقبة المادية فقد يكفي أن تطلب من الولد الجلوس على كرسي معين في جانب الغرفة أو أن يقف في ركن الغرفة لبعض الوقت. وهناك من الآباء من يبقي كرسياً خاصاً في زاوية من الغرفة لمثل هذا الاستعمال. ويمكنك أن تقول للولد بهدوء ولكن بحزم أن يذهب ويجلس هناك دون حراك، وأن لا ينهض من مكانه حتى تسمح له. ويكفي عادة أن يجلس أو يقف لعدّة دقائق. وإذا طال الوقت فسيبدأ الولد يشعر بالملل ويبدأ بالتحرّك وإثارة الشغب والضوضاء، وقد يحتار الأهل ماذا يفعلون بعد ذلك.

ويجب أن يشعر الولد عند استعمال هذه الطريقة أنك جادّ في هذا الأمر من خلال نظراتك إليه. وهو لا شك سيحاول بمنتهى الوسائل والخداع أن يهرب من الكرسي أو زاوية الغرفة بحجّة اضطراره للذهاب إلى الحمام أو النعاس أو العطش! وعندها إذا شعرت حقيقة أنه يحتاج للذهاب إلى الحمام فخذه على شرط أن يعود لزاوية الغرفة مباشرة ويقف كامل الوقت بهدوء. ولا نحسب عادة الفترة الزمنية التي كان فيها الولد يبكي ويصرخ وإنما يبدأ حساب هذه الدقائق المعدودة من الوقت الذي يصبح فيه هادئاً. وقد يستغرب الناس أن هذه الطريقة البسيطة لها تأثير كبير وفعّال على سلوك الولد. وقد يكمن السبب في أن الولد يميل بطبعه للحركة والنشاط ولذلك يكون الجلوس أو الوقوف بدون حراك وبلا حرّية وكأنه أمر شديد على الولد. وربما كان هذا الجلوس الهادئ يتيح له فرصة للتفكير فيما عمله وارتكبه، ويوحي له أيضاً أنك لم تستحسن سلوكه بينما هو حريص على أن يكون ولدك «المطيع»، ويدرك أيضاً أنك عازم وجادّ على تصحيح هذا السلوك. وتعطي هذه الطريقة أيضاً فرصة للوالد أو الوالدة لتهدأ أعصابها، وهذا مما يحسّن إمكانية الكلام الهادئ بعد انقضاء المدة المحددة، وبالتالي تقف المشكلة عند هذا الحدّ من غير أن تتفاقم.

وليس هناك من فائدة تُجنى من تجنّب الولد كلياً وتركه في الغرفة بنفسه وهو في ركن الغرفة، ولكن في ذات الوقت يفضل عدم تدخل أمُّه بالحديث معه قبل انقضاء مدة الدقائق، ولذلك يمكن للأم أن تبقى في الغرفة وتتابع عملها كالمعتاد. ويفضل بعد انقضاء المدة أن تعود الأمور لجوها الطبيعي في المنزل، وبذلك ينتهي هذا الفصل عند هذا الحدّ، ويتعلم الولد بعض الدروس من سلوكه وكفى. وحاول أن تتجنب الحديث الطويل في هذا الأمر.

بعض النصائح العامة في المعاقبة:

يفضل بشكل عام أن تستعمل العقاب بأقل قدر ممكن، فهناك من الأولاد من يزداد عناداً مع العقاب، بحيث يراه على أنه معركة وصراع إرادة بينه وبين والديه، ولذلك فهو يحاول «الانتصار» من خلال العناد وعدم التنازل عن إرادته. وقد يعتاد مثل هذا الولد على المعاقبة فلا تعود تؤثر فيه كثيراً، مما يدفع والديه إلى مزيد من الغضب والانفعال والعقاب. وقد لا يكون لهذا العقاب من أثر إلا عندما يصبح شديداً، وبالتالي يكون هذا الأثر سلبياً أكثر منه إيجابياً.

بينما نجد الولد «المساير» يميل إلى الضعف والانجذاب للداخل مع كثرة العقاب، وقد يتطوّر الأمر عنده ليشعر بأنه لا حقّ له في امتلاك رغبة وإرادة ذاتية خاصة.

وأهم ما في العقاب هو موقفك من ولدك ومن العقاب وليست طبيعة العقاب بحد ذاتها. فأن تقول للولد بهدوء وحزم أن يذهب ويجلس في ركن الغرفة أكثر فائدة من عقاب أشد إلا أنه يطبق بتردد ودون حزم. وتذكر أنك عندما تلجأ للعقاب فهذا يعني فشلك في الأمر المفروض أن يأتي قبل العقاب وهو توجيه الولد لمعرفة ما هو العمل السليم وما هو العمل الخطأ والالتزام بذلك. ولا شك أن الولد يتعلم أكثر في جو أسريّ فيه الكثير من المحبة والتأييد والمساعدة، ففي هذا الجو يكون الأهل خير قدوة وخير مثال علمي لأولادهم. وعندها يكون عند الأهل متسع من الوقت للجلوس مع أولادهم للحديث وشرح أمور السلوك والحياة، وتكون هناك مثابرة على التربية والرعاية والتوجيه، وبذلك يُساعَد الولد ليفهم بنفسه الأسباب الحقيقية والوجيهة للسلوك الحسن العاقل الحكيم.

وحاول أن تتذكر النقاط التالية في قضية العقاب:

١ ـ **كن حذراً عند استعمال التهديدات والإنذارات، فلا تهدد الولد بأمور لم تفكر بها مسبقاً ولا يمكنك تنفيذها.** فعندها ستفقد هذه التهديدات أثرها، وسيتعلم أنك في الغالب لن تنفذ ما تهدد به. وحاول أن تقلل من التهديدات، وإذا استعملتها فاستعملها بحكمة ونفذ ما تهدد به.

٢ ـ **إياك أن تعاقب الولد بقولك له: إنك لا تحبه، أو تهدده بأنك لن تحبه بعد اليوم بسبب عمل عمله.** فهذا مما يكون له الأثر السلبي الكبير على الولد لأن إحساسه بالأمن والثقة بالحياة إنما يقوم على معرفته بأنك تحبه، وبأنه لا يوجد شيء في الدنيا يجعلك تتوقف عن محبته. ويجب أن يشعر ولدك بأنك تحبه مهما حصل وجرى «إنني دوماً أحبك، ولن يمنعني شيء عن محبتي لك».

٣ ـ **لا تعاقب الولد بأن تعامله ببرود عاطفي بعد انتهاء الحدث، وإنما حاول أن تعيد الأمور إلى ما كانت عليه بأسرع وقت ممكن.** وإذا بكى بعد انتهاء الأمر والمعاقبة فحاول أن تضمّه إليك وتخفف عنه. ولا شك أنك ستستطيع التفريق بين البكاء الحقيقي والبكاء المصطنع الذي قد يلجأ إليه الولد لجذب انتباهك وعطفك. وإذا شعرت أنه يصطنع هذا البكاء فيمكنك أن تتجاهل الموقف لبعض الوقت.

ومن الممارسات الضارة أن يبقى الأهل على برود مع الولد لفترة طويلة بعد الحدث، وهذا مما قد يسبب عنده الاضطراب والانزعاج الشديد، وقد يدفعه بالمقابل لإظهار البرود تجاه أبويه وتجاهلهما. وإذا لم تستطع أنت الكبير أن تتجاوز الموقف وتفتح صدرك وقلبك لاستيعاب الولد فهل تتوقع هذا من الصغير؟!

٤ ـ **حاول أن لا تكثر من التوجيه والنقد المستمر.** فهناك من الناس من يعتقد بمبدأ أنك إن أكثرت من التوجيه والنقد لشخص فإنه في النهاية سيتعلم ويفهم كيف يتصرّف. ولكن ليس هناك ما يؤكد أنه إن لم يتعلم بعد إبداء عدة ملاحظات وتوجيهات أنه سيتعلم بعد عدة مئات. والغالب أنه إن قرر ـ شعورياً أو لاشعورياً ـ أنه لا يريد الاستماع والالتزام فإن الاستمرار بالتوجيه وإبداء الملاحظة سيزيده عناداً وتصميماً على عدم التنفيذ. ولذلك إذا لاحظت أنه لا

يستجيب بعد عدة مرات في إبداء التوجيه، فحاول أن تفكر في تغيير أسلوبك بإبداء التوجيه، والجأ إلى «تكتيك» آخر، وحاول أن تعرف لماذا لا يريد أن يستجيب.

هل أنت تتوقع منه ما هو فوق طاقته؟

أم هل أنت تطلب منه شيئاً فوق عمره وقدرته؟

أم هو يريد أن يفعل مثل من يراهم أمامه من الأولاد؟

أم أنك غير مثابر على أسلوب توجيهك؟

وهل يفهم يا ترى ما تريد منه؟

وهل يطلب منه أبوه شيئاً مخالفاً لما تطلبه منه أمُّه؟

هل تتدخل جدته مثلاً فتعفيه من القيام بما قد طلبته أنت منه؟

هل يدرك منافع وفوائد ما تطلبه منه؟

حاول أن تفكر في هذه الاحتمالات وغيرها. وقد يكون الأمر أنك تركز كثيراً على الأمور السلبية التي عليه أن يتجنبها أكثر من تركيزك على الأمور الإيجابية التي عليه القيام بها. والولد بشكل عام أقرب إلى الاستجابة إذا كان ما يُطلب منه فعله أكثر مما يُطلب منه تجنّبه. فمثلاً: «العب بهدوء» أفضل من «لا تصدر الأصوات أثناء اللعب» ومثال: «تعال بسرعة» أفضل من «لا تكن بطيئاً هكذا».

٥ ـ لا تهدد الولد بعقاب من زوجك، كأن تهدده الأم بأن أباه سيعاقبه عندما يعود إلى البيت أو العكس. فهذا مما يجعل الولد يكره والده ويصبح غير متشوق لعودته من عمله. بالإضافة أن هذا الأسلوب قد يُغضب الوالد من عمل ابنه وهو لم يشهد هذا العمل، وقد يشعر الوالد بالحرج من العقاب على أمر لم يشهده ولم يعش تفاصيله. وإذا كان الوالد متعباً بعد يوم طويل من العمل فقد يضع كل مشاعره السلبية في عقاب ولده! أو قد يترك الولد دون عقاب ودون فعل شيء من شدة تعبه الجسدي والنفسي وبذلك نكون قد هددنا الولد بأمر لم نستطع متابعته.

٦ ـ لا تستعمل العقاب المتأخر، ومثال ذلك: «انتظر حتى نعود إلى البيت وسأعاقبك هناك» فقد يشعر الولد بأنك يمكن أن تحتفظ بتذمّرك وغضبك

في نفسك لمدة طويلة قبل أن توقع العقاب عليه. والعقاب المتأخر ضعيف التأثير عموماً على العمل الذي أدّى إلى العقاب. ويظهر من التجارب أن العقاب (أو المكافأة) أفضل ما يكون عندما يحدث قريباً من وقت ارتكاب العمل، وكلما طال الوقت ضعُف التأثير. فإذا كان لا بد من العقاب فالأولى أن يعقب السلوك السيئ مباشرة حيث لا يزال الولد يذكر سلوكه ويذكر الدوافع التي دفعته لمثل هذا السلوك، وبذلك يستطيع أن يتعلم من هذا العقاب.

٧ ـ **لا تجعل من العقاب عملية مخيفة للولد.** ولا بد طبعاً من أن يشعر الولد ببعض الخوف عندما يُعاقب إلا أن الخوف بحدّ ذاته يجب أن لا يكون عنصراً من عناصر العقاب. وإذا بدا الخوف على ملامح ولدك عندما تعاقبه فهذا قد يكون دليلاً على أن هذا العقاب شديد عليه. وإياك أن تخيفه بقولك أن هناك «أحداً سيأتي ويأخذه» مثلاً لأنه غير مطيع، أو غير ذلك مما يُعتبر من الكوابيس والأحلام المزعجة حتى عندنا نحن الكبار.

٨ ـ **أظهر الحزم والسلطة في صوتك ولكن من دون صياح أو رفع للصوت،** فمن ميّزات الآباء والمدرسين الناجحين في ضبط الأولاد وتنظيمهم هو الاستعمال الصحيح للصوت. حيث يتحدث الواحد منهم للأولاد بحزم وصوت واثق ينمّ عن أن صاحبه لا يتوقع من الولد إلا الإصغاء والطاعة والاستجابة، وذلك من دون صراخ أو رفع للصوت. فالآباء الذين يصرخون طوال الوقت تكون النتيجة أن يصرخ أولادهم أيضاً باستمرار. ولا شك أنك تستطيع أن تظهر في الصوت الهادئ حزماً أكثر من الصوت المرتفع الذي يشير في الواقع إلى فقدان السيطرة حتى على نفسه، وأنه من باب أولى أنه لن يستطيع السيطرة على سلوك الآخرين.

٩ ـ **حافظ على هدوئك قدر المستطاع،** فالغالب أن يترافق ارتفاع الصوت مع الغضب والانفعال الشديد. ولا شك أن للغضب مضارّاً أخرى حيث قد نعمل في حالات الغضب أعمالاً لا يمكن أن نتصوّر أن نقوم بها ونحن في حالة الهدوء. وحاول أن تتجنّب ما يقع عادة من ازدياد الغضب الذي يكبته صاحبه كثيراً فإذا به ينفجر بعد ذلك كالبركان. ويكون التصرف الهادئ أكثر تأثيراً وأدعى إلى عدم القيام بعمل تندم عليه بعد ذلك.

وكثيراً ما يُصرّح الآباء فيقول الواحد منهم: «إني لم أقصد أن أضربه

بقوة» أو «لم أقصد أن أقول له هذا الكلام» ثم يقول بعدها: «إلا أني كنت شديد الغضب والانفعال مما فعل». والمشكلة أن الإنسان لا يستطيع أن يسترجع ما قد فعله أو تلفّظ به، ولكن ومع ذلك إذا حصل هذا فلا تتردد بالاعتذار لولدك. والاعتذار عند الخطأ دليل على القوة لا على الضعف كما يتصوّر بعض الناس.

«عفواً يا ولدي، اعذرني فقد كان عليّ أن لا أقول لك مثل هذا الكلام، إلا أني كنتُ شديد الغضب» فمثل هذا الاعتذار يعلم ولدك أنك أيضاً بشر من الناس، ويُفهمه أنه ليس الوحيد المطالب بضبط النفس والتحكم في سلوكه، وبالاعتراف بالخطأ. ويساعده شرحك له بأنك كنت في حالة غضب على التعرف عليك وفهمك، ويبين له فوائد الحديث والشرح والتعبير عما في النفس، مما يشجعه على الحديث عن أعماله ومشاعره.

١٠ ـ **خفف قدر الإمكان من إشعار ولدك بالذنب والتقصير، فالإنسان لا يطيق كثيراً حالة الشعور بالذنب.** وشعورنا بالذنب عبارة عن الشعور بنقصنا وتقصيرنا عما نريد أن نكون عليه. ونستطيع نحن الكبار أن نتأقلم مع الشعور بالذنب والتقصير من خلال إدراكنا أنه لا يوجد إنسان كامل، ولذلك نكتفي ببذل ما نستطيع من جهد، بينما لا يعرف الولد إن كان ما نطلبه منه أمر مستطاع أم أنه مثالي وفوق الطاقة. إننا إذا أشعرناه بأننا نتوقع منه الكمال فقد يظن أن الكمال أمر ممكن ولكن العيب والنقص فيه هو، ولذلك لا يستطيع أن يصل لمرحلة الكمال هذه. وإن تكرار هذا الشعور عنده يجعله ينمو وعنده شعور عميق بعقدة النقص وضعف الثقة بالنفس، وعدم قدرته على النظرة الموضوعية لحياته وإمكاناته، وكذلك عدم معرفته بنقاط قوته ونقاط ضعفه. ومن ثم قد يصبح سلوكه مدفوعاً بحرصه على تجنّب الشعور بالذنب مع قلة شعوره بالحرية والاختيار الشخصي للسلوك.

هناك من الأولاد والمراهقين ممن يُشعره أهله بدرجة كبيرة من الذنب ولوم الذات، فيقول الواحد منهم: «مجرد أن أدخل إلى المنزل تُشعرني والدتي بالذنب والتقصير» و«كلما رأيت والدي أشعر بالاحتقار لنفسي وبالتقصير أو العجز» ويجد هؤلاء عادة صعوبة كبيرة في محبة والديهم بسبب هذه الشحنة من العواطف السلبية، وهذا مما يزيد عندهم الشعور بالذنب.

حاول أن تساعد ولدك ليدرك أين كان الخطأ في سلوكه مع الإشارة إلى أنك لا تتوقع منه أن يكون كاملاً بلا أخطاء، وأنك حتى أنت لست كاملاً عديم الأخطاء وإنما «بشر» مثله «**كل ابن آدم خطّاء**..» فالخطأ شيء طبيعي في حياة الناس، والخطأ يعلمنا الكثير عن الحياة ويعلمنا تجنب الخطأ في المستقبل «.. **وخير الخطائين التوابون**»[1].

١١ ـ **لا تقارن ولدك بالآخرين** كأن تقول مثلاً:

«انظر إلى ابن جيراننا عدنان، إنه دوماً يفعل ما تطلبه منه أمه».

«إن مصطفى يُحسن القراءة مع أنه أصغر منك».

«إن سعيد لا يكذب أبداً».

هناك من الناس من يعطي عن بعض الأولاد صورة حسنة مثالية كالعبارات هذه، ومقارنة الأولاد بمثل هؤلاء أمر غير واقعي وفيه بعض الظلم في حق الولد. فولدك إنسان مستقل له شخصيته وميزاته الذاتية، ويحتاج لمساعدتك ليصبح أكثر تقبلاً لنفسه، وليطوّر صفاته وميزاته الخاصة به.

١٢ ـ **فكّر في تأثير العقاب الذي تستعمله مع ولدك،** فهناك الكثير من المعاقبات التي لا تحسّن سلوك الولد وإنما قد تزيده سوءاً. ومثال ذلك أن يركض الولد في طريق السيارات فجأة فتصرخ به أمُّه وتناديه لتمنع عنه الأذى، وبعد أن يقف الولد ويستجيب لأمه فإنها ما تلبث أن تعاقبه بإنزال صفعة على وجهه «لتلقنه درساً أن عبور طريق السيارات أمر خطير». صحيح أن الأم هنا قد أفرغت شحنة غضبها وانفعالها وخوفها، ولكن ما هو تأثير هذه الصفعة على سلوك الولد؟ لقد تعلم أن الأولى أن لا يستجيب لنداء أمِّه في مرات قادمة وخاصة عندما تناديه في حالة غضب وذعر، وإلا فإنه سيواجه الصفع والضرب. والأفضل بكثير أن تتلقاه أمُّه وتضمّه إليها لأنه قد استجاب لندائها ورجع إليها، ومن ثم يمكن أن تشرح له خطورة اجتياز الطريق، وبذلك يكون قد «تعلم الدرس» بشكل أفضل.

وهناك من الآباء من يقول: إنه مهما حاول أن يتكلم مع ولده فإنه لا يستمع له ولا يعيره انتباهه. وإذا نظرت لعرفت أن سبب عدم تجاوب الولد أن هؤلاء الآباء لم ينتبهوا إلى أنهم عندما يعاقبون الولد على عمل

---

(١) حديث حسن؛ «صحيح الجامع الصغير» (٤٥١٥).

ارتكبه فإنهم قد يدفعونه لاكتشاف طرق جديدة لتجنّب العقاب في المستقبل، ويكون هذا أحياناً عن طريق الطاعة والاستجابة لوالديه، ولكن في أحيان أخرى قد يكون هذا عن طريق إخفاء وعدم اطلاع والديه عما فعله، أو بالكذب. وعندما يكتشف الأهل حقيقة الأمر، ويكتشفون عدم صدقه فإنهم يزدادون غضباً ويأخذون باتهامه بالتلاعب والتحايل والكذب مع أن كل الذي فعله أنه استعمل ذكاءه ليتجنب العقاب والألم، وهذا ليس طبعاً تصرفاً خاصاً بالأولاد وإنما حتى نحن الكبار نسعى دوماً لتجنّب العقاب والألم.

وهكذا نرى أحياناً أن الولد يرى أن مصيره الضرب سواء استجاب لأمه أو أخفى عنها عمله بالكذب وغيره أو حتى عندما يعترف بما قام به، ولذلك فقد يسعى جاهداً لفعل أي شيء لتجنّب العقاب. وهذا ما قصدناه من أن تفكر بتأثير العقاب الذي تستعمله على سلوك ولدك. فإذا وجدته يخفي عنك الأمور فقد يكون لأنك كنت تعاقبه على اعترافه بدل أن تكافِئه على صدقه وشجاعته. وإذا رفض القدوم إليك عندما تناديه فلربما لأنه عندما استجاب وقدم إليك في الماضي فإنه لم يتلق إلا ما يسؤوه من العقاب أو إرساله لغرفة نومه. وبذلك يتعلم الولد من كل هذه التجارب ومن خلال ربط سلوكه بسلوك والديه، كأن يربط بين استجابته إليك وضربك له، فمن الطبيعي في هذه الحالة أن يتجنب الاستماع إليك أو على الأقل أن لا يصبح متحمساً لمثل هذه الاستجابة. ولذلك **حاول أن تساعده على ربط استجابته واعترافه وصدقه بالمكافأة والأمور الإيجابية بدل العقاب والألم والنتائج السلبية**. ألا نلحظ هذا المعنى من قوله تعالى: ﴿إِنَّ ٱللَّهَ يُحِبُّ ٱلتَّوَّٰبِينَ..﴾ [البقرة: ٢٢٢] وبذلك تشجعه على تكرار مثل هذه الاستجابات والأعمال الحسنة. وعندها إذا ظهر منه عمل سلبيّ فيكفي مجرد الحديث الهادئ الحازم من غير الاضطرار إلى «الكي».

المكافأة:

إن من القواعد المفيدة في علم النفس أن السلوك الحسن إذا عُزّز ولقي المكافأة فإن هذا مما يؤدي إلى تكرار حدوثه، بينما العمل الذي يلاقي العقاب ولو غير المقصود فسيضعف احتمال تكرره. فالطاعة والاعتراف والصراحة كلها يجب أن تقابل بالمكافأة وبذلك يصبح الولد أكثر تطلعاً وارتياحاً إلى مثل هذه النوعية من الاستجابات.

وإذا أخفقت في مكافأة ولدك على العمل الحسن فقد يربط بين سلوكه الحسن وبين النتائج السلبية، وبذلك يصبح قليل التجاوب والتعاون معك، بينما مكافأته تساعده على النظرة الإيجابية لنفسه وإمكاناته، وتحسّن العلاقة بينكما وتُشعرك أنت شخصياً بالراحة والسرور.

ومن المؤسف أن كثيراً من الآباء يفوّتون على أنفسهم الفرص المتكررة حيث بإمكانهم مكافأة أولادهم على أعمال حسنة عملوها. فتجدهم يسرعون في ملاحظة السلوك الخطأ إلا أنهم لا يعيرون انتباهاً للسلوك الجيد والكثير الذي يعمله الولد خلال اليوم. ولا شك أن معظم الأولاد يقومون بعمل حسن مقبول في معظم الأوقات ومع ذلك فلا يتلقى الواحد منهم إلا القليل من الشكر والتقدير والثناء. حاول أن تتقصّد ضبط ولدك وهو يقوم بعمل جيد، بدل أن تبذل الجهد في ضبطه وهو يقوم بعمل سيئ. وإذا لم نحسن إلا ضبطه بالسلوك السيئ فإن هذا سيجعل العلاقة به علاقة سلبية مزعجة للطرفين.

ويحب الولد عموماً ـ ككل الناس ـ أن يشعر بأن هناك من ينتبه له ويعطيه الاهتمام، وأن هناك من يقدّر العمل الذي يعمله ويكافئه عليه. وتثبت التجارب النفسية أننا نستطيع صياغة سلوك الولد بالاتجاه الحسن الذي نرغبه، وذلك عندما ننتبه لسلوكه الحسن الجيد ونشجعه ونكافئه عليه أكثر من ملاحظة السلوك السيئ والمعاقبة عليه. وتظهر أحسن النتائج عندما نسرع في هذا التشجيع والمكافأة فور القيام بهذا العمل الحسن ومن دون تأخير. إن كلمة طيبة مشجّعة فور قيامه بالعمل خير من مئات الكلمات التي تأتي متأخرة ساعات أو أيام عندما يكون الولد قد نسي ربما عمله ودوافعه للقيام به. والحديث النبوي الشريف: «**أعطوا الأجير أجره قبل أن يجفّ عرقه**»[١].

ولننتبه إلى أننا لا نقصد بالمكافأة دوماً الأمور المادية، فأفضل مكافأة تقدم للولد هي كلمة شكر وتشجيع رغم أننا جميعاً قد نتطلع أحياناً إلى شيء من المنفعة والمكسب المادي كما في الحديث: «**تهادوا تحابّوا**»[٢]، ويُسعد الولد كثيراً ويشعّ وجهه بالنور عندما يدرك أنه قد قام بعمل لمساعدتك، أو أنك مسرور منه، أو أنه قد نجح في عمل من الأعمال. ومع مرور الزمن سيكوّن هذا عنده

(١) حديث حسن؛ «صحيح الجامع الصغير» (١٠٥٥).
(٢) حديث حسن؛ «صحيح الجامع الصغير» (٣٠٠٤).

دافع داخلي قوي للعمل ناتج عن تقديره الذاتي لقيمة العمل وقيمة التعاون والسلوك الحسن. ونحن لا نريد أن نعلم الولد أن العمل الحسن هو فقط العمل الذي يجلب منفعة آنية، أو الذي له مردود ماديّ فقط. ولا نريد أن نعلمه أن ما يتلقاه منك من أمور مادية تتوقف دوماً على قيامه بعمل أو تأدية خدمة لك. إنك تعطي ولدك أولاً لأنه ولدك، ولأنك تحبه وتريد مصلحته، ولأن هذا يدخل السرور إليه.

وإذا أردت أن تعطيه أمراً مادياً فحاول أن تحسن اختيار هذه المكافأة، **وتجنب مكافأته عن طريق السماح له بعمل كنت قد منعته منه لسبب وجيه رأيته في الماضي**. ومثال ذلك: أن تسمح له بالذهاب في رحلة مع أولاد أكبر منه، أو أن تعفيه من غسل يديه، أو أن تسمح له بمشاهدة برنامج تلفزيوني لا يناسبه، أو أن تشتري له شيئاً تعتقد أنه ضارّ له. إنك إن كافأته وسمحت له بمثل هذه المواقف من الأمور التي تمنعه منها عادة فسيتعلم أنك ممكن أن تسمح له بالممنوعات، وسيخرّب هذا كل ما قمت به من جهد في شرح أسباب المنع والحظر، وأسباب وضع القواعد والضوابط والالتزام بها. وستجد نفسك أمام ولد محبّ للجدال والعناد في محاولة منه للتهرب من القواعد والضوابط.

ومن الأمور الضارة أيضاً قضية رشوة الولد بالأمور المادية من أجل أن يقوم بالسلوك الحسن، وبالتالي فإنه لن يقوم بالعمل المطلوب منه إلا إذا حصل على «الرشوة» وليس بسبب النتائج الطبيعية للسلوك الحسن القويم. ولا يعني هذا أنك لا تستطيع أن تقول له مثلاً: «إذا أنهيت وظيفتك بسرعة وشكل حسن فيمكنك أن تشاهد برنامجك التلفزيوني المفضل، ولن يفوتك شيء منه لأنك أنهيت عملك في الوقت المناسب» أو «إذا ذهبت إلى السرير بسرعة فسيكون عندنا متسع من الوقت لنقرأ قصة أخرى زيادة» فمثل هذه المعاملة لا تعتبر من الرشوة وإنما هي طريقة لتعليم الولد أن السلوك الحسن يأتي بالثمار الطبيعية الطيبة الحسنة. ﴿هَلۡ جَزَآءُ ٱلۡإِحۡسَٰنِ إِلَّا ٱلۡإِحۡسَٰنُ﴾ [الرحمن: ٦٠].

اللقاء الأسري

تتألف عائلة المكي من الأب والأم وثلاثة أولاد تتراوح أعمارهم بين السادسة والرابعة عشرة. ويبدو أن هناك مشكلة عند هذه الأسر حيث يختلفون في كثير من القضايا، مثلاً: أين يذهبون يوم العطلة، وما هو طعام العشاء، وأي برنامج يشاهدون في التلفاز... وقد قرر الأبوان أن يجلسا مع الأولاد للنقاش والتفكير المشترك في الأمور. وبهذه الطريقة استطاع كل فرد في الأسرة أن يعبّر عن رأيه ورغبته، وكيف يرى المشكلة، وكيف أثرت عليه شخصياً، وكيف يرى الحل. وفي هذه النصف ساعة من النقاش، استعرضوا المراحل الأربعة في حل المشكلات *(انظر فصل الاستماع)*. لقد كان أمراً صعباً إرضاء كل الرغبات، والوصول إلى اتفاق واحد، فكان على كل واحد منهم أن يتنازل قليلاً ويقبل بأقل مما كان يريده، ولكنهم توصلوا في النهاية إلى اتفاق حول عدد من القضايا. ففيما يتعلق بموضوع مشاهدة التلفاز، فقد اتفقوا على ما يلي:

١ ـ أن تكون مشاهدة التلفاز قبل الساعة التاسعة مساء.

٢ ـ مشاهدة الأفلام بعد مشاورة أحد الأبوين.

٣ ـ محاولة الترتيب المسبق للمشاهدة من خلال النظر في المواقيت الأسبوعية للبرامج، ويمكن لكل ولد مشاهدة من ثلاث إلى خمس ساعات في الأسبوع.

٤ ـ يمكن مشاهدة الأخبار، والبرامج الوثائقية والتعليمية بالإضافة إلى الساعات المتفق عليها.

لقد ساعد هذا الاتفاق على حل المشكلة، فسارت الأمور بشكل لا بأس به، ونذكر هنا أن هذا الاتفاق قد يناسب هذه الأسرة، وليس بالضرورة

أن ما يتوافق مع أسرة أن يوافق كل الأسر. والمهم في الأمر، أن أفراد عائلة المكي استطاعوا أن يجلسوا معاً، للنقاش في أمور كانت تحدث لهم صعوبات متكررة، ومن ثم خرجوا باتفاق مشترك. لقد شعر كل واحد منهم أنه قد شارك حقيقة في الوصول إلى الحل، وكان جريئاً منهم أن يناقشوا مثل هذه الأمور المعقّدة ويخرجوا بحلّ مناسب. ويفضل بشكل عام أن تبدأ الأسرة بنقاش الأعمال المشتركة كقضاء الإجازات والترتيب لها، أو أن تجلس للحديث في مشكلة صغيرة قبل أن تستفحل.

وتهدف اللقاءات الأسرية إلى تكوين احترام حقيقي بين أعضاء الأسرة الواحدة، ومساعدة كل فرد فيها على التعاون المشترك في اتخاذ القرارات، وتحمّل نتائج العيش مع هذه القرارات. ويستفاد من تجارب بعض الأسر، أن مما يساعد على نجاح هذه اللقاءات، أن تكون هناك جلسات منتظمة وربما أسبوعية، في وقت يناسب أفراد الأسرة.

ما هي اللقاءات الأسرية؟:

هناك من الآباء من لا يرتاح لفكرة جلسة عائلية منتظمة، وقد يقول هؤلاء: «لماذا لا نستطيع الحديث في الأمور بشكل عفوي فور حدوثها، ومن غير جلسة نظامية أسبوعية؟» ولا شك أن هذا اعتراض وجيه، ومن الطبيعي أن تستطيع الأسرة الحديث في أي مشكلة عندما تحدث في الحياة اليومية. ولكن تبقى هناك فوائد كثيرة في وجود جلسة «رسمية». وسنلاحظ بعد فترة من بداية هذه الجلسات أن الأولاد أصبحوا يتشوقون لهذه الجلسات، ويشاركون في اتخاذ قراراتها بحماس، ويشعرون أن لهم دوراً أساسياً في أمور المنزل والأسرة. **وقد أظهرت بعض الدراسات أن الكثير من الأولاد والمراهقين يتمنّون وجود فرص طبيعية هادئة يعبّرون فيها عن أفكارهم وآرائهم.**

وليست الفكرة من اللقاء الأسري أن تنتقل مسؤولية اتخاذ القرار إلى الأولاد، وإنما أن يُعطوا فرصة حقيقية لإبداء الرأي في هذه القضايا التي تتعلق بحياتهم، فكل فرد يُعطى الفرصة ليُستمع إليه، وليسأل أسئلته، ويبدي اعتراضه، ويطرح اقتراحاته. ويستطيعون مع بعضهم أن يخططوا ويقرّروا ويتفقوا على عمل ما، أو يحلّوا مشكلة معينة. ويمكنهم كذلك التنبيه إلى الأمور الناجحة والإيجابية وتشجيعها.

وهذه النقطة الأخيرة هامة جداً، **فلقاء الأسرة يجب ألا يهتم فقط بالمشكلات والصعوبات، وإنما أن يكون هناك وقت للتشجيع ولترتيب المكافآت، وللتخطيط للرحلات والتنزهات**، وإلا أصبح اللقاء مُملاً ومحبطاً بسلبياته.

وقد يحدث الملل عندما يكون الأمر المطروح لا يهمّ إلا واحداً فقط من أفراد الأسرة، وتفيد في هذه الحالة معالجة مثل هذا الأمر بشكل فردي، أو بشكل لقاء مصغّر. ولا يشترط للقاء الأسرة أن يضم دوماً كل أفراد الأسرة، حيث يبقى يفيد الجلوس والحديث الفردي مع أحد أفراد الأسرة. والمهم ألا نتخذ قرارات يمكن أن تؤثر على الجميع من غير دعوتهم للمشاركة في هذه القرارات.

وقد يعترض بعض الآباء فيقولون: «ولماذا كل هذه الصعوبات والتعقيدات؟ فإذا حدث أمر فإني أجلس مع أولادي». وقد ينسى هؤلاء أن «درهم وقاية خير من قنطار علاج»، فمن المفيد أن يكون هناك وقت مخصّص لمعالجة الأمور الحساسة في جو هادئ مريح، بدل التعامل مع الأزمات في وقتها العصيب. ويمكن الاستفادة من اللقاء الأسري للاتفاق على قضايا تحديد وقت النوم، والواجبات المنزلية، ووقت الدخول إلى البيت، والوظائف المدرسية، ونظام مشاهدة التلفاز...

ومن خصائص الأسرة الصحيّة الناجحة، أن الضوابط والقواعد داخل الأسرة ليست جامدة بالنسبة للجميع ولكل الأوقات، وإنما مرنة بحيث أن ما يناسب وقت الصيف قد لا يناسب وقت الشتاء، وما يناسب الصغير قد لا يناسب الكبير، ومثال على ذلك وقت الذهاب إلى النوم. وكما رأينا سابقاً أن من الأمور الصحيّة كذلك، التخاطب الواضح والمستمر بين أفراد الأسرة. وتعتبر جلسات الحديث والنقاش هذه من الوسائل الفعالة في استمرار هذا التخاطب، والتوجيه التربوي والتأديب، وتأمين حياة أسرية آمنة هادئة. وتلعب هذه الجلسات دوراً مؤثراً في إعطاء الأولاد ما يحتاجونه من أطر التعامل والحدود والقواعد، التي قد يحاولون التملص منها. وسترى الأسرة كيف أن قضاء نصف الساعة هذه كفيل بتحويل جوّ الفوضى والاكتئاب إلى شيء من النظام والترتيب والأمل!

المساعدة على تكوين القيم الأخلاقية:

ومن فوائد اللقاء الأسرية أنه يساعد الأولاد على التشرب بالقيم الأخلاقية للأسرة، فهناك من الآباء من يرغب في حياة دينية أخلاقية بسيطة، إلا أنهم لا يعطون أولادهم الرعاية الكافية لتهيئتهم لهذه المعيشة، ولا يشركونهم في نقاش هذه المفاهيم، فإذا بهؤلاء الأولاد ينشأون على قيم مادّية بحتة، فنجدهم يعترضون بشدة على بعض قرارات آبائهم الدينية والأخلاقية، والتي لا تنسجم مع قيمهم الذاتية. والأفضل أن يتحدث الآباء مع أولادهم من خلال هذه اللقاءات عن قيمهم ومفاهيمهم للحياة ومبادئها، كالأمانة والعفة، والحفاظ على ممتلكات الآخرين، ومساعدة المحتاج والحياة البسيطة. ومن خلال الوقت سيتشرب الأولاد بقيم آبائهم، ويصبح الأمر المطروح للنقاش في هذه اللقاءات ليس أصل هذه القيم والمبادئ، وإنما وسائل وطرق تطبيقها وتحقيقها. فإشراكهم في صنع القرارات يساعدهم على التفكير الذاتي، وتكوين قيمهم، ونمو ضمائرهم الأخلاقية والدينية.

ملاحظات مفيدة في عمل وسير اللقاء:

أن يكون اللقاء الأسبوعي في نفس الوقت، ولمدة محددة (٣٠ ـ ٤٠) دقيقة، وربما أقل بالنسبة للأولاد الصغار. وحاول قدر الإمكان أن تختار الوقت الذي يكون فيه الجميع في راحة واسترخاء ومزاج طيّب، فليس من الحكمة مثلاً عقد اللقاء في وقت خروج الأولاد للعب مع أصدقائهم، أو في وقت مشاهدة برنامجهم التلفزيوني المفضل.

أن يبدأ اللقاء بالنظر في القرارات التي اتخذت في اللقاء السابق، وأن يُلفَت النظر إلى أي تقدم وتحسن، وأن يُشجع على هذا العمل. وإذا لم يكن الأبوان قد قررا الأمور التي ستُطرح، فيمكن أن تكون البداية بسؤال كل فرد عما يريد أن يطرحه من قضايا، ومن ثم تكتب هذه الأمور، ويُتفق على ترتيب طرحها بحسب أهميتها. **وعلى من يدير الجلسة أن يأخذ بعد ذلك موافقة الجميع على النقطتين التاليتين**:

١ ـ لا أحد يقاطع الآخر، وإنما ينتظر حتى ينتهي الآخر من الحديث.

٢ ـ تبقى كل القرارات المتفق عليها سارية المفعول حتى يُنظر فيها في اللقاء التالي.

واتبع في مناقشة أي موضوع ما مرّ معنا من قبل في المراحل الأربع لحل المشكلات.

فأولاً، يتحدث الجميع عن رؤيتهم للمشكلة.

وثانياً، يُفتح المجال للجميع لتقديم المقترحات والأفكار من دون مناقشتها أو نقدها.

وثالثاً، اختيار حل واحد من خلال النظر في الإيجابيات والسلبيات لكل حلّ مطروح.

ورابعاً، الموافقة على اتباع وتطبيق هذا الحل.

ويفضل عقب النقاش أن يكتب ما يتفق عليه، ومن ثم وضع هذه الورقة على الحائط لكي يراها ويتذكرها الجميع.

إدارة اللقاء الأسري:

يمكن أن يبدأ أحد الأبوين اللقاء بالتذكير بما دار في اللقاء السابق، وما اتخذ فيه من قرارات، ومن ثم يسأل: «وكيف يشعر كل واحد منا الآن بهذا الأمر؟».

وبعد الانتهاء من هذه النقطة، يتفق الجميع على جدول الأعمال التي ستطرح في هذا اللقاء. **والغالب أن يكون الذي اقترح موضوعاً ما أول من يتكلم في هذا الموضوع**، ثم يسأل الذي يدير الجلسة إن كان عند أحد آخر كلاماً في هذا الموضوع. وعندما يأخذ كل فرد نصيبه من الحديث، بحيث يتكلمون واحداً بعد الآخر، يسأل مدير الجلسة: «هل أحد عنده فكرة لحلّ هذه القضية أو المشكلة؟» وبعد أن تُطرح بعض الحلول، يُستعرض كل واحد منها بدوره «كيف ترون في الحل كذا؟». والغالب أن يظهر من خلال النقاش أن حلاً معيّناً وكأنه أنسب الحلول، فيسأل المدير: «هل هناك شعور عام أن هذا هو أنسب حلّ؟» وبعد موافقة الجميع على هذا، يسأل المدير مرة ثانية: «هل يوافق الجميع على أن نحاول تطبيق هذا الحلّ خلال الأيام القادمة، وحتى نلتقي في الأسبوع القادم».

ويحب الأولاد عادة فكرة اللقاء، ووجود مسؤول للجلسة، وسكرتير للقاء، ولا شك أن هذا تدريب جيد لهم. ويمكن للأسرة أن تختار

المصطلحات التي ترتاح لها في تسمية هذه الأمور، وليس مناسباً أن يُطلب من أحد الأولاد إدارة الجلسة، إلا بعد أن تقطع الأسرة شوطاً واسعاً في هذا الأمر، وبعد أن يصبح عند الوالدين خبرة جيدة في هذا العمل. ويمكن للآباء خلال كل ذلك أن يتدربوا على اكتساب الخبرة في إدارة اللقاء، ليُدخلوا الأولاد الكبار بعد ذلك في بعض أعمال إدارة اللقاء بشكل تدريجي، فيمكن أن يطلبوا مثلاً من الولد الأكبر أن يكون سكرتير اللقاء لبعض الوقت، ووظيفته أن يكتب قرارات الجلسة والملاحظات المذكورة، بتوجيه وتدريب من الوالدين.

وعلى الوالدين ألا يحاولا فرض سيطرتهما الكاملة على اللقاء، إلا أنه يبقى من مسؤوليتهما حذف ما لا يناسب مناقشته في اللقاء. ويحاولان في نفس الوقت تشجيع الأولاد على المشاركة والمناقشة وإبداء الاقتراحات. ويفيد في البداية أن يتناول الوالدان كلاً من مسؤولية مدير الجلسة والسكرتير.

ومن مهمّات مدير الجلسة ما يلي:

١ ـ أن يبدأ الجلسة ويختمها في الوقت المحدد.

٢ ـ يحاول تركيز انتباه الجميع على الموضوع المطروح للنقاش.

٣ ـ يحاول أن يعطي الفرصة لكل من يريد الحديث.

٤ ـ يسأل من عنده شكوى أو اعتراض إذا كان عنده اقتراحات لحل المشكلة.

تجنب الأخطاء المحتملة:

يمكن للقاء الأسرة أن تصبح فرصة مناسبة لتكوين الرابطة الأسريّة المتينة بين أفرادها، وللتعاون المشترك على ما فيه راحة الأسرة وسعادتها، إلا أن هناك من الأخطاء المتوقعة ما يمكن أن تحدث مشكلات في هذه اللقاءات. ومن هذه الأخطاء الأمور التالية:

١ ـ ألا يكون هناك وقت أسبوعي متفق عليه ومحدد لهذا اللقاء.

٢ ـ البداية المتأخرة، أو الإطالة في مدة اللقاء.

٣ ـ توجيه كل الانتباه إلى الشكاوى والمشكلات فقط، وإغفال الإنجازات والأمور الإيجابية.

٤ ـ عندما لا يتفاعل أحد الوالدين التفاعل الكافي مع روح وطبيعة اللقاء، أو أن يحاول السيطرة على سير اللقاء.

٥ ـ عدم الالتزام بتطبيق اتفاقات وقرارات اللقاء.

ومن المحتمل أن تقع بعض هذه الأخطاء، ولا بد للأسرة من التعلم والاستفادة من تجاربها وأخطائها، وفي خلال وقت قصير تجد الأسرة نفسها قد أتقنت الأمر، وبدأت تشعر بفوائد اللقاء الكثيرة، وبذلك يصبح اللقاء الأسري نمطاً طبيعياً ومناسباً لحياة الأسرة.

كيف تبدأ الأسرة اللقاء الإسلامي؟:

يمكن لأي أسرة، وحتى التي فيها ولد واحد فقط، أن تبدأ لقائها في أي وقت. ويكون الأمر بشرح الفكرة للأولاد ومناقشتها معهم، والعادة أن يتحمسوا للفكرة، ولكن قد يبدي بعضهم علائم الشك في حقيقة نوايا الأبوين من هذا الأمر، ولكنهم يوافقون على «تجريب» الموضوع. ومن المفيد منذ البداية، أن يُشجع الأولاد على قول ما يريدون في هذا اللقاء، بحيث يلمسوا بأنفسهم كيف أن هذا اللقاء يوفر لهم فرصة طبيعية للحديث مع والديهم فيما يرغبون. ويا حبذا لو يبدأ الوالدان بعرض المواضيع المرغّبة والمشوّقة لأولادهم، مثل الترتيب لرحلة أو نزهة، أو شراء هدايا العيد، أو الاستعداد للعطلة الصيفية..

ويجب ألا يجبر أحد على الحضور إذا لم يرغب بالأمر، وحتى لو كان هذا أحد الوالدين، ولكن من الاحترام والحكمة أن يُشرح له ماذا سيُناقش في اللقاء، وما هي القرارات المتخذة والتي قد تتعلق به من جانب أو آخر، ومثال ذلك توزيع أعمال المنزل بين أفراد الأسرة، وترتيب العطلة المدرسية.. والغالب أن يلتحق الجميع باللقاء عاجلاً أو آجلاً.

ويمكن للأولاد المشاركة في اللقاء وحتى منذ الرابعة من العمر، ولكن يجب أن تكون مدة اللقاء قصيرة عندما يضم أطفالاً صغاراً، كأن يكون مثلاً عشرين دقيقة، وربما مناقشة موضوع واحد فقط في الجلسة.

ويمكن للأسرة في حال الأطفال الأصغر من ذلك العمر أن يُخصّص وقت ليجلس الجميع للحديث والسمر، وربما قراءة القصص والحكايات، أو

القيام بالألعاب الجماعية. وبذلك تستطيع الأسرة مناقشة أمورها بشكل غير مباشر، وتتكون عند الطفل ذكريات طيبة محببة يحملها طوال حياته. وسيشعر الجميع بفائدة هذا الوقت المشترك، والذي سيكوّن الأرضية المناسبة للقاء الأسري في قابلات الأيام، عندما يكبر الأطفال أكثر.

أمثلة ومواقف عملية:

لقد كان الآباء في الماضي يتخذون القرارات، ولم يكن على الأولاد إلا التنفيذ، ونسمع من يقول الآن: إن الأمر قد انعكس عند كثير من الأسر في هذه الأيام. فما هو رأيك الخاص؟

من هو يا ترى صاحب القرار في الأسرة العادية هذه الأيام؟ الآباء؟ الأولاد؟ أم الطرفان؟

فمن يقرر مثلاً:

كيف يقضي الأولاد أوقاتهم؟

أي برامج التلفاز يشاهدون؟

كيف توزع الأعمال المنزلية على أفراد الأسرة؟

وما هي يا ترى القرارات الهامة في حياة الأسرة، ومن يقرر فيها؟

من برأيك يجب أن يتخذ القرارات؟

وحاول الآن أن تفكر كيف يمكن للإنسان أن يبدأ لقاء أسرياً منتظماً؟

ما هو اليوم المفضل؟ والوقت المناسب لهذا اللقاء؟

ماذا يمكنك أن تقول للأولاد لتجذبهم للفكرة؟

ولنحاول الآن أن نستعرض حواراً دار بين أفراد إحدى الأسر في لقائهم الأسبوعي، وحاول أن تتعرف في هذا الحوار على ما ذكرناه من أمور هامة، كالتشجيع والاستماع الفعال، والمراحل الأربع لحل المشكلات، وغيرها.

الأب: حسناً، لقد مضى أسبوع على لقائنا السابق، ويسعدني أن أقول أنه قد حدث تحسّن واضح في الأمر، وإنه لأمر جيد أن ينتهي الواحد منا من طعامه من غير أن يحتاج إلى تذكير أحد بتنظيف المائدة وترتيبها بعد الطعام. لقد كانت القرارات التي اتخذناها الأسبوع الماضي في توزيع

الأعمال المنزلية مفيدة للجميع، فما رأيكم؟ هل كل واحد منا مرتاح لقرارات الأسبوع الماضي؟

مروان: أنا غير مرتاح. البعض يترك صحنه وملعقته على المائدة بعد الطعام، وسعاد تأخذ وقتاً طويلاً حتى تنتهي من طعامها، فأنا أنتهي من تنظيف الصحون وهي لم تنتهِ بعد.

الأم: هذا صحيح يا مروان، لقد لاحظتُ هذا الأمر، ولا شك أن هذا يجعل عملك أصعب.

الأب: حسناً، هل من اقتراحات لحل هذه المشكلة؟

مروان: أن تنتهي سعاد من طعامها في نفس الوقت مع الآخرين.

سعاد: لحظة، ولكن هذا ليس عدلاً، فأنا أصل متأخرة من المدرسة، ولذلك ابدأ الطعام متأخرة قليلاً.

الأب: طيب، لقد قدم مروان اقتراحاً واحداً، فهل من اقتراحات أخرى؟ (يسكت الأب قليلاً ليعطيهم وقتاً للتفكير).

مروان: إذا ترك أحد صحنه فعليه أن يغسله بنفسه.

سعاد: ولكن هذا أمر معقد، حيث سنتناقش من ترك صحنه ومن لم يتركه. أنا أرى أنها مهمّة شخص واحد أن ينظف كل المائدة.

الأب: فإذاً أمامنا ثلاثة اقتراحات. الأول: أن تنتهي سعاد من طعامها مع الآخرين، والثاني: أن كل من يتأخر ينظف صحنه بنفسه، والثالث: أن تقع مهمة ترتيب المائدة على شخص واحد. هل من اقتراحات أخرى؟ (صمت) إن سعاد غير مرتاحة للحل الأول والثاني، فهل ترون أن نختار الحل الثالث، وأن يكون واجب تنظيف المائدة مهمة شخص واحد؟

مروان: ولكن من هو الذي سيكون صاحب هذا العمل؟

سعاد: إذا قمتُ أنا بغسل الأواني فهذا لن يؤخر أحداً، فلماذا لا نتبادل المسؤولية؟

الأب: كيف ترى يا مروان، إذا تركتَ أنت وظيفة غسل الأواني، وقمت بدل ذلك بنقلها إلى المطبخ وترتيب المائدة، وتقوم سعاد بغسل الأواني؟

مروان: أنا موافق.

الأب: هذا طيب، لنقرر هذا الأمر، وسنرى كيف سيكون الوضع خلال الأسبوع، وسنراجعه في اللقاء القادم. وهكذا ننتهي من الموضوع الأول الذي أردتم أن نناقشه اليوم.

سعاد: أرادت أمي أن نناقش موضوع وقت الذهاب للنوم.

الأم: صحيح، فأنا غير مسرورة من الوقت الذي يذهب فيه الأولاد للنوم. فقد كنا قد اتفقنا أن يكون الثامنة لسعاد والتاسعة لمروان، إلا أن هذا التوقيت يُتجاهل من قبل الاثنين كل مساء.

مروان: ولكن يا أمي التاسعة وقت مبكر لي، فأنا لا أتمكن حتى من مشاهدة الأخبار على التلفاز!

سعاد: هذا صحيح، فالكثيرات من البنات في صفي لا ينمن إلا بعد الثانية عشرة.

الأم: إنني لا أتحدث عما تفعل البنات الأخريات، وإنما أقول أن هذا ما اتفقنا عليه، ووالدكما وأنا نحتاج لبعض الوقت في المساء لنرتاح أيضاً، وأنا أريدكما أن تقدرا هذا.

الأب: هذا أمر هام، فوالدتكما وأنا نحتاج لبعض الوقت في نهاية النهار، فكيف سنحلّ هذا الأمر؟

سعاد: يمكنكما الذهاب إلى غرفتكما إذا أردتما الراحة، فلماذا نُحرم نحن من حريّتنا؟

الأب: هذا اقتراح، أية اقتراحات أخرى؟

مروان: أنا لا أمانع من الذهاب إلى سريري، بشرط ألا أطفئ النور في غرفتي.

الأب: وهذا اقتراح ثان، هل من اقتراحات أخرى؟ (صمت) فما رأيكم بالاقتراح الأول، أن أذهب أنا ووالدتكما إلى غرفتنا؟

الأم: هناك صعوبة في تحقيق هذا، فكما تعلمان هناك أمور كثيرة يجب أن تُعمل في المساء، ككتابة رسالة، أو اتصال هاتفي، أو تحضير أعمال اليوم التالي، وكل الذي أريده وأبوكما بعض الهدوء في المساء، وفرصة نتحدث فيها مع بعضنا ونحن نقوم بهذه الأعمال.

الأب: والاقتراح الثاني، أن يلتزم مروان وسعاد بموعد الذهاب إلى السرير، ولكن من غير إطفاء النور.

الأم: ولكنني لا أريدكما أن تسهرا في السرير، ثم تصبحان متعبين في اليوم التالي من قلة النوم.

مروان: يا أمي، إننا لسنا أطفالاً رضّع.

سعاد: هذا صحيح يا أمي، نحن لسنا صغاراً.

الأم: أنا لا أمانع أن تسهرا قليلاً، بشرط أن لا نعاني كلنا في صباح اليوم التالي من التأخر وسوء المزاج بسبب التعب والنعاس.

الأب: يبدو أن الاقتراح الثاني هو الأنسب، فكيف يمكنكما تطبيقه من غير السهر الطويل، والتعب في اليوم التالي؟

مروان: يمكن أن نطفئ النور بعد ساعة من موعد السرير.

الأم: ساعة! هذا لا يمكن، لنرى أولاً كيف ستكون الأمور في نصف ساعة.

الأب: والذي أريد أن أعرفه، هل تتحملان مسؤولية إطفاء النور من دون الحاجة إلى تذكيركما بالأمر؟

سعاد: أنا سأطفئ النور بنفسي.

مروان: وأنا كذلك.

الأب: هل هذا وعد منكما معاً؟

مروان وسعاد: نعم.

الأب (وهو ينظر إلى زوجته): وهل أنت مرتاحة لهذا الحل؟

الأم: نعم، سأسير مع هذا الاتفاق، ولكن ماذا إذا لم يُطفئ النور بدون تذكير؟

الأب: حسناً، هل من اقتراحات إذا لم يُطفئ النور في الوقت المناسب؟

وهكذا يستمر الحديث في هذا اللقاء الأسري.

إرشادات الأهل:

عند التفكير ببدء أمر ما في الأسرة، يفضل أن تكون البداية صغيرة

لينمو الأمر تدريجياً، ولا يُنصح ببداية اللقاء الأسري بشكل كبير وموسع، وبجدول أعمال طويل، فيمكن أن تكون البداية على شكل «لنجرب اللقاء، ونرى كيف ستكون الأمور خلال الأسابيع القادمة». ويمكن بعد فترة التجريب هذه أن يصبح اللقاء أكثر انتظاماً ودوريّة.

ومن الهام أن يُعطى كل فرد حرية عدم حضور اللقاء إذا كانت هذه رغبته، وإذا اعتذر الجميع عن الحضور، فيمكن عندها طرح القضايا الأسرية على مائدة الطعام، من دون أن يكون هناك «لقاء أسري»، وإن كان يفضل طبعاً اللقاء الأسري الرسمي.

ومما يساعد في الأمر، أن يُبدأ اللقاء بالتشجيع الإيجابي، وتعزيز التحسنات والتطورات الإيجابية التي يلاحظها الوالدان، وليحرصا في اللقاء على استعمال التشجيع والاستماع الفعال، وغيرها من الوسائل التي سبق ذكرها، وليستعملا أسلوب الحديث عن مشاعرهما الخاصة لتأكيد حقوقهما أيضاً في الاحترام، ولكن أن يحرصا في نفس الوقت على أن يكون هناك انشراح وروح مرحة.

وتُقترح في كل لقاء مراجعة القرارات المتخذة في الجلسة السابقة، وكتابة هذه القرارات، وتعليقها على الجدار ليتذكرها الجميع خلال الأسبوع، فهذا مما يساعد على زيادة الالتزام بهذه القرارات.

استعمل اللقاءات الأسرية للأنشطة الممتعة كالرحلات والنزهات، بالإضافة إلى علاج المشكلات.

ليسأل الآباء أنفسهم في نهاية كل لقاء كيف كانت إدارة اللقاء، وما هي الأساليب التي استعملت بشكل ناجح، وما هي الأمور التي يمكن أن تحسّن وتطور في اللقاءات القادمة؟

ومما يفيد الطفل الصغير جداً وجود ساعة أسبوعية، للعب والحديث والتسلية وقضاء الوقت الممتع مع والديه. ويمكن من خلال الوقت، تحويل هذه الساعة إلى لقاء أسري منتظم، ولا بد مع ذلك من بقاء وقت للعب والتسلية وحتى لو وصل الأولاد إلى سن المراهقة.

ويجب ألا يصبح اللقاء رسمياً جداً، وأفضل شكل هو ما يناسب طبيعة الأسرة بحد ذاتها، والشيء الهام أن يلتقي أفرادها مع بعضهم، وأن يأخذ كل

واحد منهم فرصته في الكلام فيما يهمه من غير أن يقاطعه أحد، وأن يُعامل كل فرد باحترام عن طريق الاستماع لآرائه واقتراحاته.

وليس بالضرورة أن يضم اللقاء كل أفراد الأسرة، وإنما يفيد أحياناً الجلوس مع أحد الأولاد فقط للحديث والدردشة في موضوع من المواضيع التي تهمه بشكل خاص.

ملاحظات بعض الآباء:

عندما لم تستطع عفاف (١٦ سنة) أن تحصل على ما تريد في اللقاء، غضبت وغادرت الغرفة بانزعاج. لقد ترددتُ بأن ألحق بها لخارج الغرفة وأصرخ بوجهها كعادتي! ولكن بدل ذلك تابعنا اللقاء بهدوء، وما أن شعرتْ أننا نتابع اللقاء من دونها حتى عادت إلى الغرفة بعد خمس دقائق، وشاركت في اللقاء من جديد!

صحيح أني أفهم ما يمكن أن نجني من مثل هذا اللقاء، إلا أني لا أرتاح شخصياً إلى فكرة وجود مدير وسكرتير ومثل هذه الأمور، فما هي يا ترى طبيعة الأسرة التي تتعامل بمثل هذه الأسماء؟ أشعر أن هذه الأمور تتناسب مع جو الشركات التجارية وليس مع أسرتي.

يُجبرنا اللقاء الأسري على الجلوس مع الأولاد كل أسبوع، للحديث والاستماع وقضاء بعض الوقت، ومجرد هذا الجلوس أمر مفيد بحد ذاته وبغض النظر عن القرارات المتخذة.

لقد فكرت مع زوجتي أن نسير في لقاء الأسرة بشكل متدرج، فبدأنا أولاً بالحديث في بعض الأمور على مائدة الطعام، من غير أن نخبر الأولاد ما كنا نفعل. وفي الحقيقة يمكنني أن أقول الآن: إننا أصبحنا نجلس للحديث على الطعام، بينما كانت وجبة الطعام من قبل سريعة ولمجرد الأكل فقط، فكنا نادراً ما نجلس نحن الخمسة على الطاولة قبل هذا الأمر. إننا الآن نحضر مسبقاً المواضيع الشيّقة لنتحدث بها مع الأولاد على مائدة الطعام، ومن أمثلة هذه المواضيع ماذا يرغب كل واحد أن تكون هدية العيد، وبذلك أصبح وقت «الطعام» يمتد حتى لأكثر من ساعة. لقد كنت من قبل أتعجب كيف تجلس بعض الأسر على المائدة لوقت طويل، بينما أعرف الآن أن السرّ في النقاش والحديث الشيّق.

إن ابنتي صغيرة على حضور لقاء الأسرة لأنها لم تتجاوز الثالثة بعد، ولذلك نحاول أن نخصّص وقتاً للحديث واللعب والمرح، فنتحدث أثناء هذا اللعب بما عندها من هموم ورغبات. وأعترف أني لم أدرك قيمة هذا الأمر حتى بدأنا به.

أعتقد أن اللقاءات الأولى للأسرة كانت فاشلة تماماً، فلم يرغب أحد بالتعاون، وانتهى الأمر بالجدال من دون الوصول إلى نتيجة، ولم يتحسن الحال حتى بدأتُ باستعمال المراحل الأربع لحل المشكلات. لا شك أن الأولاد بحاجة ماسّة إلى الضوابط التي توجه نشاطهم وتفكيرهم، ويجب ألا يُترك الأمر دون حدود وتنظيم وتوجيه، وإلا فستكون الفوضى وعدم الانضباط.

إنني لم أتحمس للفكرة في أول الأمر، وظننت أن هذا اللقاء لن يكون إلا لمنفعة الأولاد فقط، ولكن في الواقع لن يخسر أحد شيئاً إذا التقينا للحديث. وأعتقد أن هذه هي الطريقة السليمة لحل أي مشكلة، ليس فقط في الأسرة، وإنما في كل مجالات الحياة من شركات ومدارس ومساجد ومؤسسات. إذا أردنا الحصول على مجتمع عادل وآمن فلا بد من اللقاء والحديث ﴿وَأَمْرُهُمْ شُورَىٰ بَيْنَهُمْ﴾ [الشورى: ٣٨].

لقد ظن أمير عندما اجتاز امتحان قيادة السيارة أنّه يستطيع أن يأخذ سيارة والده مباشرة وفي أي وقت أراد، ولكننا جلسنا في لقاء الأسرة، وقلنا له بصراحة: «إنك تكون أحياناً متوتر الأعصاب ومنزعجاً من أمر ما، فلا نريدك أن تقود السيارة وأنت في هذه الحالة». وقد لاحظتُ أنه أصبح بعد اللقاء أكثر تفهماً ومسؤولية.

الجدول السابع

مراحل اللقاء الأسري

١ ـ قبل اللقاء:	ابحث في المواضيع التي ستعرض في اللقاء. ويمكنك أن تسأل أفراد الأسرة، أو تضع ورقة على الحائط ليكتب كل فرد خلال الأسبوع ما يريد عرضه في اللقاء.
٢ ـ القرار المتّخذ:	**يمكن للقاء أن يبدأ بقراءة آية قرآنية مثلاً، أو كلمة صغيرة عن اللقاء**. وبعد ذلك انظر في القرارات التي اتخذت في اللقاء الماضي «ماذا يشعر كل واحد بقرارات اللقاء الماضي؟» شجع أي تقدم وتحسن أو جهد مبذول. وسجل الملاحظات السلبية المذكورة عن قرارات اللقاء الماضي لتناقش لاحقاً.
٣ ـ الأعمال الأساسية:	ابدأ بالنقطة الأولى على جدول الأعمال «من أراد الحديث في هذا الموضوع؟» **وحاول أن تُبقي النقاش في هذا الموضوع بالذات، وأعطِ فرصة الحديث لكل من يريد ذلك**. اظهر تفهماً لما يقوله كل فرد، وجنّب الجميع الخوض في الجدل.
٤ ـ إثارة الاقتراحات:	بعض النقاط على جدول الأعمال بسيطة ويمكن أن تناقش بسرعة، ولكن المواضيع الرئيسة تحتاج إلى النقاش، ويفيد في هذه المواضيع أن تُجمّع كل الأفكار «**هل هناك من عنده أفكار في موضوع قضاء العيد؟**». ولا يسمح في هذه الفرصة انتقاد أو مناقشة أي فكرة من الأفكار المطروحة، وإنما فقط تجميع الاقتراحات كلها.
٥ ـ اختيار الحل الأمثل:	وانظر بعد ذلك في الاقتراحات المذكورة «وماذا ترون في هذه الأفكار المطروحة؟» أو «**أي من هذه الاقتراحات ترونه مناسباً؟**». وإذا لم يكن هناك إجماع على اقتراح معين فلا بأس أن يؤجل اتخاذ القرار إلى الأسبوع التالي، أو أن يُختار حل مؤقت لأسبوع واحد.

٦ ـ تبني هذا الحل:	وبعد الإجماع على الحل المناسب، خُذ من الجميع التعهد على تبني هذا الحل، **«هل نوافق جميعاً على ممارسة هذا الحل حتى الأسبوع القادم؟»** واتفق معهم على توزيع الأعمال المطلوبة في هذا الحل، مثلاً من يحضر الطعام والحلويات لاحتفال العيد. وإذا أهمل فرد عمله المطلوب منه فقد يفضل عدم تذكيره مباشرة، وإنما ترك الأمر حتى اللقاء القادم لتتعلم الأسرة من أخطائها.
٧ ـ كل موضوع على حدة:	حاول عرض المواضيع، واحداً بعد الآخر، واحرص على عدم طرح مواضيع كثيرة في الجلسة الواحدة، لكي ينتهي اللقاء في وقته المحدد. والمواضيع التي لم يبق لها وقت للنقاش، تُناقش في أول اللقاء التالي.
٨ ـ إنهاء اللقاء بشكل مفرح:	كأن يكون هناك بعض الحلويات أو الألعاب أو ما يُفرح الجميع، فهذا مما يساعد على إبقاء ذكريات طيّبة عن اللقاء، وينمي الرباط الأسري، ويتيح لهم قضاء وقت مريح عقب اللقاء.
٩ ـ تنفيذ الحل:	يُطلب من أحد الأفراد كتابة القرارات المتفق عليها، وتوضع هذه الكتابة على أحد الجدران ليراه ويذكره الجميع. ويُبدأ في اللقاء التالي بالحديث أولاً عن قرارات اللقاء الأخير.

الأمل.. والواقعية في التربـية

كان صلاح البالغ اثني عشرة سنة منزعج المزاج طوال الصباح، وكان يجيب على الأسئلة بتذمر وعدم اكتراث، فقال لوالده صارخاً: «إنك لا تفهم عليّ ما أقول!». ولم تكن مثل هذه العبارة متوقعة من صلاح نحو والده، إلا أن الوالد كان يدرك أن الوقت غير مناسب الآن للتصحيح والتوجيه، فلم يأخذ «الطعم»، ولم يقع في الفخ، وإنما قام بعكس ما كان صلاح يتوقعه حيث قال وبشيء من الدعابة: «أنا لا أفهم كل شيء، أنا لا أفهم كل شيء..» ومضى إلى عمله.

لقد كان تصرف الوالد هنا تصرفاً حكيماً، فقد أراد أن يحلّ المشكلة ويعلم ولده بعض الدروس، ولكن بالشكل والوقت المناسبين. ومما نفع الوالد هنا امتلاكه لروح الدعابة في وجه الموقف العسير، فقد استطاع بهذا الأسلوب أن يهدأ الموقف، ولا يزيده حماساً واشتعالاً. **ومن المهم أيضاً أن يتحلّى الإنسان بالمرونة في مجال التعامل مع الناس، سواء كانوا أولاداً أو كباراً، فهذه المهارة مفيدة ليس فقط للآباء، وإنما للجميع وفي كل مرافق الحياة المهنية والاجتماعية.**

القبول بما هو أقل من الكمال:

إن الإنسان يطور مهاراته عن طريق الممارسة، والقيام بالأعمال على مراحل وخطوات صغيرة. وكما هي الحال في كل المهارات، كالكتابة على الآلة الكاتبة، أو استعمال الكمبيوتر، فقد يشعر الإنسان في بعض المراحل بأنه لا يتقدم في إتقان هذه المهارة، وعلينا أن نذكر أن هذا شعور طبيعي يصيب معظم الناس. ونجد في كثير من مجالات الحياة أن الإنسان قد يتباطأ قليلاً قبل أن يحقق تقدماً ملحوظاً إلى الأمام.

يعتبر الإحباط وتثبيط الهمّة من الأمور النفسية الداخلية التي يمكن أن تُضعف الإنسان، وتقضي عليه من الداخل. ومن السهل مثلاً أن يلوم الإنسان نفسه، فيشعر بالذنب، وبأنه المسؤول عن كل أعمال وتصرفات ولده. وقد تراوده فكرة الاستسلام عندما يجد نفسه أمام صعوبات، أو أمام تأخر تحسن الأمور كما كان يتأمل. وعلينا أن نعترف، أن الأولاد قد يتابعون عدم ترتيب غرفهم، وارتكاب الأخطاء، رغم كل الجهود التي يبذلها الآباء في القيام بواجبهم التربوي. وقد يلجأ هؤلاء الأولاد إلى تجريب طريقة جديدة في كل يوم، لاختبار مدى تحمل آبائهم. **إنه ليس من واجب الآباء أن يصلوا إلى درجة الكمال، وإنما عليهم دوماً أن يحسّنوا طبيعة علاقتهم مع أولادهم، وإدخال روح الاحترام والتقدير في تعاملهم معهم، وتحسين الجو الأسري في البيت، ومساعدة الأولاد على النضج وتحمل المسؤولية ورعاية الآخرين والتعاون معهم.**

ومما يريح أن يقنع الإنسان منا نفسه بما هو دون درجة الكمال الخالص، لأننا لا نعيش في عالم خيالي مثاليّ كامل، فقد يشعر الإنسان أحياناً بضغط الواقع والظروف، فيجد صعوبة في التكيف والتأقلم مع كثير من الأمور، وقد يحتاج إلى اتخاذ قرار سريع دون أن توجد فرصة للحوار والنقاش «عليك أن تذهب الآن إلى سريرك لأنها الساعة الثامنة وكفى، لا تناقشني في الأمر بعد الآن». وخاصة عندما يشعر بضغط كثرة الواجبات والمسؤوليات. فلا حرج في هذا لأنه أمر استثنائي، ويبقى مفيداً للأولاد أن يروا آباءهم بشراً مثلهم، ينفعلون ويتأثرون بضغط الواقع.

ولنحاول الآن تلخيص أهم النقاط التي مررنا عليها لنضعها مع بعضها البعض:

أن يصبح الآباء مسؤولين:

من الأمور الجوهرية التي أحببنا الإشارة إليها في هذا الكتاب، أن يُعامَل كل أفراد الأسرة بشكل متكافئ، ولكن يبقى للآباء مسؤولياتهم الخاصة ودورهم القيادي، وهذا لا يمنع من أن يُعامل الجميع بكل احترام كإنسان له كرامته الخاصة. ولم يكن هناك في الماضي، وربما حتى الآن في كثير من المجتمعات احترام للأولاد، ولم يكن لهم الوضع المتكافئ مع

الكبار. ويبدو مع الأسف أن الأمر قد انتقل في بعض المجتمعات إلى الشكل المعاكس تماماً للسابق، حيث نجد الأولاد يُسيّرون آباءهم كما يشاؤون، ولا بد من التوازن المناسب بين هذين الموقفين. **فمن الخطأ أن يكون الآباء مجرد خدم للأولاد يحملون عنهم مسؤولياتهم، ولو كان من باب المحبة، فهذا سوء فهم للحب الحقيقي بين الآباء وأبنائهم.** وكما رأينا على الآباء أن يتحلوا بالمسؤولية بالإضافة إلى الطيبة، وهذا لا يعني طبعاً أن نعود للممارسة القديمة من عدم احترام الأولاد، فليس من مسؤولية الآباء أن يقرروا في كل ما يلبس الولد أو يأكل أو يشتري أو يفعل. نعم يمكن لتدخلهم أن يدفع الولد ليسلك السلوك المطلوب منه، ولكن هذا الأسلوب يترك الولد غير ناضج وغير متحمل للمسؤولية، فهو قد يقوم بالسلوك الصحيح ولكن لأسباب خاطئة، ولمجرد تدخل ورقابة الأبوين، وليس من اندفاع ذاتي، بينما يصبح الولد مسؤولاً عندما يُحمّل المسؤولية، ومن هنا علينا أن نتيح له مجالاً للحرية والاختيار. ويتطلب هذا منا أن نقضي معه في البداية وقتاً لدعمه وتشجيعه وتدريبه على الاختيار المناسب والحكيم. **وعلينا بعد أن يختار أمراً ما أن نتركه لمواجهة نتائج اختياره وعواقب قراره، إلا في الحالات الخطيرة الحقيقية. وبذلك يتعلم الولد بسرعة، ونرفع عن عاتقنا المسؤولية الكبيرة للتربية.**

ومن الأمور الهامة أيضاً أن نوازن بين ترك الولد لمسؤوليته وبين التدخل في توجيهه، فليس من المناسب أن يُعطى الولد مسؤولية اتخاذ القرار، ويُتوقع منه منذ البداية أن يقرر الأمور بمفرده، وإنما سيحتاج لتأييد الأبوين وتوجيههما وهو يتقدم بتدرج في قدرته على اتخاذ القرار. ويحتاج الولد كذلك أن يسمع منا بوضوح ما هي الأمور الهامة بالنسبة لنا، وما هي قيمنا الأخلاقية والمبادئ التي نؤمن بها وننطلق منها في حياتنا، وما نحب وما لا نحب.

ولقد رأينا كيف أن مجرد المدح والإطراء قد لا يفيد، وإنما يحتاج إلى التشجيع. ولينتبه **الآباء إلى ضرورة أن يستطيع الواحد منهم أن يؤخر تصحيح السلوك الخطأ لوقت آخر، أو أن يوقف النقد والتجريح لذات الولد.** وليحاول الآباء ملاحظة كل تقدم وأمر إيجابي، وكل جهد ومحاولة يقوم بها الولد، ليقوموا بتشجيع هذا الجهد والمحاولة والتقدم الحسن. ومن المفيد

أن يشيروا إلى النتائج والآثار الحسنة لعمل الولد من دون تضخيم ومبالغة وتعميم. **وربما كان من أكثر ما يحتاج إليه ولدنا هو «الاستماع» إليه،** وخاصة عندما تكون لديه مشكلة أو عواطف قوية تجاه حدث ما. وهو لا شك يتعلم أثناء ذلك من النموذج والقدرة التي نقدمها له من خلال سلوكنا وحياتنا معه.

حاجة الآباء للتغيّر:

من خلال ما سبق يتوضح أنه لا بد من أن يغيّر الآباء بعض الجوانب من أجل أن يستطيعوا تغير معاملتهم وتربيتهم لأولادهم، ويبقى التغير ممكناً دوماً. **ويصعب أن نرى تحسناً ملحوظاً في التربية قبل أن يتغير الآباء.** والخلاصة: **حَسّن الآباء يتحسن الأولاد.**

ولقد رأينا كيف أن الولد قد يسيء السلوك أحياناً لأنه بحاجة إلى جذب الاهتمام إليه، أو من أجل الرغبة في السيطرة على والديه. فإذا تصرفنا مع الأولاد بنفس طريقتنا السابقة، ولم نحاول التغيير فقد نكون نعزز ونشجع السلوك السيئ هذا من حيث لا ندري. **ولكن عندما نُحدث تغييراً إيجابياً، فسنرى أثر ذلك في تغيّر إيجابي في سلوك الولد.** ومن الأمور الهامة التي حاولنا التأكيد عليها، أن يقف الآباء ويفكروا قليلاً في زحمة مشاغل الحياة. فعندما نواجه من الولد سلوكاً مقلقاً، كعصيانه أو تأخره ليلاً عند دخول البيت، أو محاولاً تجريب تدخين السجاير، فيفيد أن نقف برهة ونسأل أنفسنا: «ماذا يحاول الولد أن يحقق، وماذا يريد؟» وكذلك «من هو صاحب هذه المشكلة، هل هو ولدي أم أنا؟» وكذلك «كيف يمكنني أن أشجع ولدي ليصبح أكثر نضجاً وتحملاً للمسؤولية؟» فيمكن لمثل هذه الأسئلة أن تفتح طرقاً متعددة مفيدة للتعامل مع هذه المشكلات.

وليس من السهل علينا نحن الآباء أن نغيّر من تفكيرنا وسلوكنا، إلا أن الأمر ممكن ويتطلب تفكيراً وتخطيطاً وجهداً. ومن هنا تكون فائدة اللقاء الأسري الدوري حيث نستطيع ممارسة الأساليب الفعالة في التربية، كالاستماع والتشجيع وتحميل المسؤولية واستعمال المراحل الأربع لحل المشكلات.

ونحتاج طبعاً إلى توازن جيد بين كل هذه المهارات والخبرات

التربوية، فبعض الآباء يتقنون القدرة على الانسحاب الهادئ من وسط مشكلة مع أولادهم، وكذلك على جعل أولادهم يتحملون عواقب أعمالهم، إلا أن هذا قد يكون على حساب قدرتهم على الاستماع والتشجيع مما قد يصيب الأولاد بحالة من الإحباط وخيبة الأمل، أو يشعرهم بأن تركهم لعواقب أعمالهم عبارة عن معاقبة لهم، **ولذلك من الهام أن يتحلى الآباء بالمرونة والتركيز على أهم مهارتَي التربية وهما: الاستماع والتشجيع.**

التصميم الدائم على التحسن والتقدم:

ولا بد من كلمة حول من أين يمكن أن يبدأ الإنسان، بعد أن استوعب الأمر ورغب في سلوك هذا الأسلوب من تربية الأولاد. **وهناك من الآباء من يحتاج لقراءة هذه المواضيع ومناقشتها عدة مرات، حتى يصبحوا على استيعاب وتكيّف جيد مع هذه الأفكار قبل الخوض في التطبيق العملي الذي لا بد منه.** ولا بد خلال ذلك من التحلي بالصبر والتصميم على المتابعة في هذا الطريق. ويفيد هنا وجود من هو على اطلاع جيد على مثل هذه الأمور التربوية والنفسية، والذي يمكن أن يشجع الآباء على المثابرة والمتابعة في التطبيق.

إن الأمر لعلى درجة كبيرة من الأهمية لأنه يتعلق بالأولاد، الأمانة التي أعطيت إلينا لنرعاها، فننشأهم النشأة الصالحة الطيبة، ويكونوا أفضل أصدقائنا، نحبهم ونرعاهم ونشجعهم ونربي المسؤولية فيهم. وتثمر هذه الجهود المبذولة مع الأولاد في إخراج أناس يتحلون بالرعاية والمسؤولية، ليقوموا بدورهم في تطوير المجتمع الذي نعيش فيه، ويجعلوا منه مجتمعاً أكثر عدلاً وأمناً. وليس هناك أفضل من حسن التربية والتنشئة، كعمل نستثمره ليجلب لنا النجاح والسعادة.

والآن ليسأل الوالد (أو الوالدة) نفسه:
- ما هو أهم تغير ترى فيه فائدة من إدخاله إلى أسرتك خلال الأشهر القادمة؟
- وما هي المراحل والخطط التي تحتاجها لتطبيق هذا الأمر؟
- وما هو رأيك في كتابة هذه الخطوات؟

ومما يفيد أيضاً أن يجلس الأب والأم معاً قليلاً يوم العطلة الأسبوعية ليسألا أنفسهما:
- ما هي الأمور التي تسبب توتراً وعدم ارتياح في الأسرة؟
- وما هي الأمور التي يمكن أن تحسّن ذلك؟
- ومتى يمكن أن نتكلم مع الأولاد في هذه الأمور؟

ولنستمع الآن لبعض المحادثة بين أفراد بعض الأسر لنوضح الأمور:

المثال الأول:

الأم: غيّر حذاءك يا خالد، ولا تخرج وتلعب بالطين بهذا الحذاء الجديد.

خالد: ولكن لا وقت عندي، فرفاقي في انتظاري. أنتِ دوماً تؤخرينني عن أصدقائي.

الأب: ولماذا لا يستطيع اللعب بحذائه هذا؟ لا بأس، دعيه يخرج ليلعب الآن.

الأم: ولكنني أنا التي ستنظف الطين من على السجاد بعد ذلك، فهل أنت مستعد للقيام بهذا العمل عندما يدخل خالد بحذائه الملوّث؟

الأب: لا بأس.

يا ترى ماذا يحدث عادة في مثل هذه الحالات والمواقف؟

وما هي الوسيلة التي تستعملها الأم هنا؟

وما هو رأيك في أسلوبها هذا؟

المثال الثاني:

لم تكد غادة تأكل شيئاً من طعامها ولكنها بدأت تطالب بالحلوى، فأخذ والدها يشرح لها الخيار في أن تأكل طعامها أولاً، وإلا فلن تستطيع أكل الحلوى قبل إنهاء طعامها.

ولقد كانت جدتها تستمع للحديث، فتدخلت قائلة:

الجدة: نعم تستطيع غادة أن تأكل الحلوى إذا أرادت، إنها مجرد طفلة صغيرة! إنني لم أفعل هذا معك عندما كنت صغيراً. تعالي يا غادة خذي حصتك من الحلوى.

الأب: أنا أقدر محبتك لغادة يا أمي، إلا أنني لا أريدها أن تتعود على عادات الطعام السيئة، وعلينا أن لا نستسلم لطلباتها بهذا الشكل.

ويا ترى ماذا يحدث في مثل هذه الحالات؟

وما هي المهارات التي يستعملها الأب هنا؟

صحيح أنه قد لا يستطيع أن يغيّر طبيعة الجدة بعد كل هذا العمر، ولكن ما هي الأمور التي يحصّلها من حديثه مع الجدة في هذا الشكل؟

المثال الثالث:

كان من عادة السيد فواز أن ينادي ويصرخ في كل صباح على ابنته مريم (١٤ سنة) من أجل أن تنهض وتذهب إلى مدرستها. واستطاع أن يغيّر هذه العادة بعد أن اقتنع بضرورة أن يشجعها على تحمل مسؤولية أعمالها الخاصة بها، فهو الآن لا يصرخ ولا يفقد أعصابه، ولو حتى تأخرت مريم قليلاً عن مدرستها. وهو مقتنع الآن أن عليها أن تواجه عواقب تصرفاتها بنفسها.

وفي يوم من الأيام، التقى والد مريم بمعلمتها في الطريق، ودار بينهما الحوار التالي:

المعلمة: يا سيد فواز، هل يمكن أن أتكلم معك بخصوص مريم؟ يؤسفني أن أقول لك أن مريم تتأخر عن مدرستها تقريباً كل صباح، ومنذ أسبوعين. فهل ممكن أن تساعدها على الحضور المبكر في المستقبل؟

الأب: شكراً لك على ذكر هذا الأمر، ولا شك أنه مزعج لك أن تدخلَ صفّها متأخرة في الصباح بعد أن يكون قد بدأ الدرس.

المعلمة: هذا صحيح، وأرجو أن تفعلوا شيئاً حول هذا الأمر.

الأب: هل تحدثت مع مريم بنفسك في هذا الموضوع؟

المعلمة: نعم حدثتها، ولكن يبدو أن الحديث لم ينفع.

الأب: ولا شك أن هذا يعقد الأمور. يا ترى ماذا تفعلون عادة في مثل هذه الحالات عندما تتأخر التلميذة عن صفها؟

المعلمة: أحياناً أتحدث إلى أهل البنت، أو أرسلها لتتكلم مع مديرة المدرسة.

الأب: وشكراً لك على حديثك معي في هذا الأمر. لقد كلمتها كثيراً

من المرات، وقلت لها مؤخراً: إني أريدها أن تتحمل بنفسها مسؤولية الذهاب المبكر إلى المدرسة. فأرجو أن تشعري بمطلق الحرية في أن تتصرفي معها كما هو معتاد في مثل هذه الحالات، وأظن أن مواجهة مديرة المدرسة أمر مفيد.

ماذا يحدث عادة في مثل هذه المواقف؟
ما هي المهارات التي استعملها الوالد هنا؟
وكيف كان تصرفه في رأيك؟

إرشادات للآباء:

حاول أن تطبّق الحديث النبوي: «أحبُّ الأعمال إلى الله: أدومها، وإن قلّ»[1]، وذلك من خلال العمل القليل ولكن المستمر والمتتابع. فيمكنك مثلاً أن تقرر مع زوجك «ما هو الأمر الذي سنجرّبه ونمارسه هذا الأسبوع مع الأولاد؟» وكما ذكرنا فمهما كان هذا الأمر «صغيراً» إلا أنه من خلال الوقت سيكون له الأثر الكبير.

لتحاول أن تكون أهدافك وما تسعى إليه معقولة وواقعية، لا خيالية أو مبالغ فيها، فالآباء الذين يقتنعون بما دون الكمال، يوفرون على أنفسهم الكثير من حرق الأعصاب والإحباط وتثبيط الهمة.

يفيد أن يتحلى الإنسان بالأمل والتفاؤل، وأن ينظر إلى المشكلات والصعوبات على أنها تحديات تثير خير ما عنده من الطاقات، وتذكر أن التغير ممكن دوماً.

حاول عندما تواجه سلوكاً متعباً ألا تتصرف بردود الأفعال السريعة وفي ذات الوقت، والأفضل أن تقف قليلاً، وتسأل نفسك بعض الأسئلة «مشكلة من هذه؟» و«ماذا يريد الولد من هذا السلوك؟» و«كيف يمكن أن أشجعه ليصبح أكثر مسؤولية؟» ويمكنك أن تحاول أن تسأل نفسك هذه الأسئلة الآن، فيما يتعلق بمشكلة لك مع ولدك. إنك كلما مارستَ هذه الأسئلة كلما أصبحتَ أكثر قدرة على استعمال هذه الطرق.

---

(١) حديث صحيح؛ «صحيح الجامع الصغير» (١٦٣).

إن السبب الرئيس لعدم تغيّر الكثير من الآباء أنهم ينساقون وراء الأمور من دون تفكير وتأمل وترتيب وتخطيط ومنهجية، وإنما يتصرفون دوماً بردود أفعال اعتادوا عليها. حاول أن يكون عندك يومياً بعض الوقت ولو القصير، للتفكير والتأمل فيما يجري، والتخطيط للتصرف السليم، فيمكنك مثلاً أن تفكر في أفراد الأسرة، وكيف ينمو كل فرد فيهم على تحمل المسؤولية.

يحتاج الأولاد حتى يصلوا إلى مستوى جيد من القدرة على العمل المشترك والتعاون بينهم إلى وقت غير قليل من الآباء، وربما كان هذا من أهم الأمور المطلوب منهم التكيف معاً والاستعداد لها. أي أن يستطيع الواحد منهم أن يقضي وقتاً ممتعاً مع أولاده، يستمع لهم، ويحدثهم، ويشجعهم، ويلعب معهم.. ونكرر أن من أهم الأمور على الإطلاق والتي تنفع المربين هي الاستماع والتشجيع.

صحيح أننا لم نتعرض في هذا الكتاب إلى تفصيل التربية الأخلاقية عند الأولاد، إلا أننا نذكر أنك لا شك عندما تعايش أولادك وتقضي معهم الوقت، فإنك تعطيهم من خلال القدوة نموذجاً أخلاقياً طيّباً، ومن خلال تعليمهم المسؤولية في اتخاذ قراراتهم، فإنك في الواقع تعلمهم كيف يكونوا أخلاقيين في الممارسة وليس مجرد الكلام النظري.

ليس هناك «وصفة جاهزة» بكل تفاصيلها للطريقة الناجحة لتربية الأولاد، فالاختلاف بين الأولاد، واختلاف الظروف والمواقف، واختلاف طبيعة الوالدين، تتطلب معالجة مختلفة بحسب كل هذه المعطيات. ولذلك إذا لم تنجح طريقة معينة مع طفل معين وفي ظرف معين، فدع هذه الطريقة والجأ إلى غيرها، بشرط أن تكون قد استعملت الطريقة الأولى بشكل سليم ولمدة كافية.

تعليقات بعض الآباء:

إني أعرف ابن الجيران، لقد كاد أن يصيب أمه بالجنون، ولكن لاحظتُ تغيّراً جذرياً في الوضع بعد أن استوعبت أمه هذه الأمور النفسية المتعلقة بالتربية، وقد أصبحت هي سيدة الموقف، وأقدر على توجيه ولدها. وهذا ما دفعني للقراءة في هذا الموضوع.

مما أعانني بعد دراسة هذه الأمور أني كنت أتناقش مع الأمهات

الأخريات، فهذا أعطاني الكثير من التشجيع، وأشعرني أني لست الوحيدة التي تواجه صعوبات مع أولادها «كلنا في الهواء سواء» كما يقولون. إن الأمر يسهُل وقعه على النفس عندما ترى الآخرين يعيشون ظروفاً مشابهة، وربما يرتكبون نفس الأخطاء.

أتمنى لو كان زوجي أيضاً يدرس هذه الأمور معي، لأني أشعر أنه لا يدرك تماماً لماذا أستعمل هذا الأسلوب الجديد مع أولادي، حتى إنه أحياناً يضحك مني عندما أستعمل بعض هذه الطرق. صحيح أن الأمر صعب أحياناً إلا أن هذا لن يثنيني عن الاستمرار، وسأسعى لمشاركة زوجي في الأمر.

إن معظم هذه الأمور التربوية عبارة عن قضايا فطرية طبيعية، يمكن أن يتوصل إليها الإنسان بنفسه إذا فكر في الأمر قليلاً.

إن ما نفعني حقيقة هو التطبيق الجديّ لكل أمر بعد قراءته واستيعابه، وأظن أن بعض الآباء قد لا يستفيدون كثيراً من هذه الملاحظات لأنهم لا يحاولون أخذ الأمر بجد من خلال التطبيق بعد القراءة.

لقد أنقذني تعلم هذه الأساليب التربوية من وضع حرج صعب وصلت إليه مع أولادي. وأنا أشعر الآن أني أقدر على التعامل معهم، وأكثر ثقة بنفسي. إنني لا أصرخ كما كنت أفعل، ولا أشعر بالحاجة إلى الوقوف على رؤوسهم ومتابعتهم دوماً كما كان الأمر في السابق. لقد أصبحت الصداقة فيما بيننا أفضل من السابق، وكل الذي أتمناه أني لو قرأت في هذه الأمور من قبل.

سأقول لكم كم كان الوضع صعباً، فقد كنت وزوجي لا نتكلم مع بعضنا فيما يتعلق بالأولاد إلا ويبدأ الجدال والنقاش. بينما الآن، على الأقل، نستطيع الكلام في أي مشكلة تعترضنا دون أن نصل للجدال.

إني أشعر أن هذه الأمور منسجمة تماماً مع ما يدعونا إليه الدين الحنيف، من رعاية الأولاد وتربيتهم التربية الصالحة الفعالة المسؤولة. إني باستعمال هذه المهارات أصبحت أستعين بالله، وأدعوه للتوفيق في تربية أولادي على بصيرة ووضوح دوري في العملية التربوية. إني أدعوه تعالى أن يزيدني علماً وبصيرة، وصبراً على التطبيق.

لقد كنت أحسب أن كل ما يحتاجه الآباء هو محبة الأولاد، وحسبت

أن في مجرد المحبة جواباً لكل مشكلة. ولكني أعتقد الآن أن مع المحبة هذه أحتاج إلى الخبرة والمعرفة في فهم الأمور وطرق التصرف. إنك تحتاج إلى الخبرة والمهارة في التعليم وفي الرعاية وفي كل الأمور الحساسة والهامة، والنية الحسنة والمحبة العاطفية لا تكفي. مع الأسف إن الواحد منا يصبح أباً أو أماً من دون إعداد وتدريب لمهمة تربية وتنشئة الأولاد.

إنني لا أبالغ عندما أقول: إن تعلم هذه الأمور وفهمها قد غيّر جذرياً طبيعة حياتنا الأسرية. وأنا شاكرة لمن علمني ولفت نظري لهذه القضايا، لقد حررني من الظلمة التي كنت فيها، بلا وسائل ولا خبرة ولا معرفة في تربية الأولاد وتنشئة الجيل ﴿وَقُل رَّبِّ زِدْنِي عِلْمًا﴾.

الجدول الثامن

أسلوب المسؤولية

السلوك المشكلة	العلاج المتسلط	العلاج المتساهل	العلاج المسؤول
يرفض الولد تناول الطعام.	استعمال القوة والصراخ.	يُترك الولد ليفعل ما يحلو له.	محاولة إشراكه في الإعداد لوجبات الطعام، واستعمال العواقب «لا حلويات إذا لم تأكل الطعام».
لا يقوم بعمله في المدرسة.	استعمال القوة والمعاقبة والإجبار.	إغراءه بالأشياء أو التجاهل الكامل.	فتح المجال له ليتحمل مسؤولية واجباته المدرسية، مع إظهار الاهتمام وتشجيعه على جهوده المبذولة.
لا يطيع ولا يسمع كلام الأبوين.	التهديد والإجبار.	التملق والاعتذار أو الترجّي.	لا تصحّح الأمر حالاً، ولكن استعمل الاستماع الفعال، وأخّر النقاش حتى يهدأ الولد.
ينسى ويهمل الأعمال المطلوبة منه.	التذكير والإلحاح مع الجدال.	يقوم الآباء بالعمل نيابة عنه.	اذكر هذا الأمر في لقاء الأسرة، وابحث معهم احتمالات عواقب نسيان الأعمال.
وقح مع أبويه أمام الضيوف.	تضخيم الموقف والأوامر والتحقير.	يتظاهران بعدم الانتباه للأمر، أو الترجّي والإغراء.	أعطه الخيار، واستعمل العبارات الذاتية بعد مغادرة الضيوف.

السلوك المشكلة	العلاج المتسلط	العلاج المتساهل	العلاج المسؤول
كسر زجاج نافذة الغرفة.	الغضب والتوبيخ والصراخ.	مجرّد تصليحه وكأنه لم يحصل شيء.	حافظ على هدوئك، واطلب منه تنظيف الزجاج المكسور إذا كان الولد في عمر يسمح له هذا، وعليه المشاركة في شراء الزجاج الجديد.
يرفض المراهق الذهاب للمسجد.	تضخيم الأمر والتهديد والإجبار.	التذكير والترجّي والتملق، أو عدم ذكر شيء.	أجّل النقاش الآن، واستعمل لاحقاً المراحل الأربع لحل المشكلات، بالإضافة إلى الاستماع وشرح إيمانك وقيمك.
ضُرب الطفل من قِبل أخته.	إصدار الحكم مع معاقبة الأخت.	المواساة و«لا تبكي» والطلب المتكرر لعدم الضرب.	استعمل الاستماع الفعال، ولكن دعه يتعلم فضّ نزاعاته بنفسه.
فكر في مشكلة معينة في أسرتك.			

مِنْ مَرَاجِعِ البَحْثِ وَلِلقِرَاءَةِ

الكتب العربية:

- **الذكاء العاطفي والصحة العاطفية**، د. مأمون مبيض. المكتب الإسلامي، الطبعة الثالثة ٢٠١٣.
- **دليل تدريب الآباء في تربية الأولاد**، د. مأمون مبيض. المكتب الإسلامي، الطبعة الأولى ٢٠٠٧م.
- **مراحل النمو من الميلاد إلي المراهقة**، عبدالرحمٰن أحمد طه. دار الثقافة والفنون والتراث قطر، ٢٠١٣.
- **تربية الأولاد في الإسلام**، عبد الله ناصح علوان. دار السلام للطباعة والنشر والتوزيع، بيروت.
- **منهج التربية النبوية للطفل**، م. نور سويد.
- **علم النفس العام**، د. فاخر عاقل.
- **علم النفس التربوي**، . فاخر عاقل.
- **المرشد في الأمراض النفسية واضطرابات السلوك**، د. مأمون مبيض. المكتب الإسلامي، بيروت، ١٩٩٥م.
- **الحلال والحرام في الإسلام**، د. يوسف القرضاوي. المكتب الإسلامي، الطبعة الخامسة عشرة ١٩٩٤م.

الكتب الأجنبية:

- Cognition in Children, U.Goswami. Psychology Press, UK. 1997.
- Principles of Developmental Psychology, G.Butterworth & M.Harris. Psychology Press, UK. 1994.

- Help, I'm growing up, Roger & Christine Day. Harvestime, UK. 1987.
- Almost Twelve, Kenneth Taylor. Tyndale House Publisers, Illinois. 1987.
- Children's Early Understanding of Mind, C.Lewis & P. Mitchell. Psychology Press, UK. 1994.
- Aprroaches to the Development of Moral Reasoning, P.Langford. La Trobe University, Australia. 1995.
- Parenting Behaviour and Cognitive Development, S.Meadows. University of Bristol, UK. 1996.
- The Social Child, A Campbell & S. Muncer. Psychology Press, UK. 1997.
- Your Growing Child, D.Fontana. Element, Uk. 1990.
- The Child in Islam, Norma Tarazi. American Trust Publications, Indiana. 1995.
- Raising Childre in a Difficult Time, B.Spock. W.W.Norton and Co., N.Y. 1974.
- Principles of Social Psychology, N.Hayes. University of Huddersfield, Uk. 1992.
- Without Spanking or Spoiling, E.Crary. W.H.Freeman and Co., N.Y. 1979.
- Introduction to Psychology, E.Hilgard, R.Atkinson, R.Atkinson. Harcourt Brace Jovanovich, N.Y. 1975.
- Noughts to Sixes Parenting, Family Caring Trust, UK. 1996.
- Growing Together, D.Fontana. Element, UK. 1994.
- The Psychology of Language, T.Harley. Psychology Press, Uk. 1995